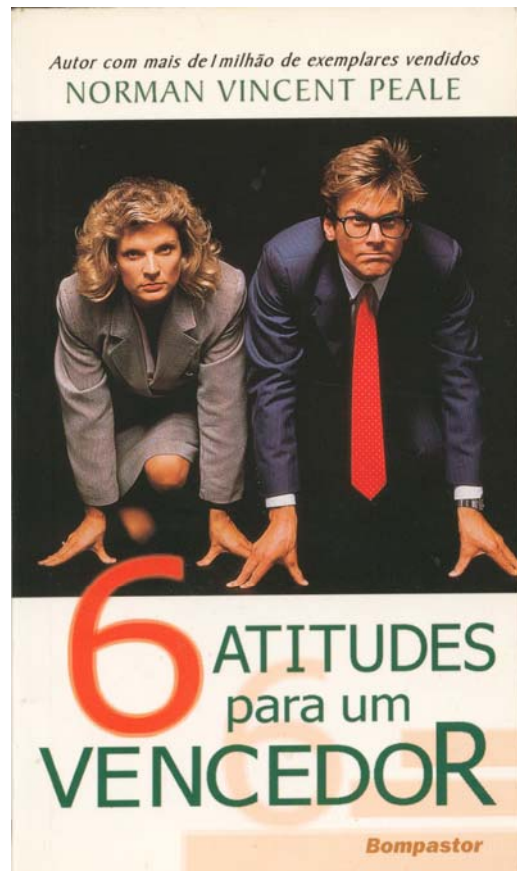




apresenta:



Sobre a digitalização desta obra:

Esta obra foi digitalizada para proporcionar de maneira totalmente gratuita o benefício de sua leitura àqueles que não podem comprá-la ou àqueles que necessitam de meios eletrônicos para leitura. Dessa forma, a venda deste e-book ou mesmo a sua troca por qualquer contraprestação é totalmente condenável em qualquer circunstância. A generosidade é a marca da distribuição, portanto:

Distribua este livro livremente!

Se você tirar algum proveito desta obra, considere seriamente a possibilidade de adquirir o original.

Incentive o autor e a publicação de novas obras!

Visite nossa biblioteca! Centenas de obras grátis a um clique!

www.portaldetonando.com.br



6 *ATITUDES PARA UM VENCEDOR*

Autor
NORMAN VINCENT PEALE

Tradução
NEYD SIQUEIRA

Digitalização
ARLINDO_SAN

6 ATITUDES PARA UM VENCEDOR

Norman Vincent Peale

Publicado em português por **Bompastor Editora Ltda.**

Rua Pedro Vicente, 90

01109-010 - São Paulo - SP - Brasil

Fone: (11) 3311-7888 Fax: (11) 228-5890

www.bompastor.com.br

bpeditora@bompastor.com.br

Tradução: Neyd Siqueira

Revisão: Theófilo José Vieira

Capa: R. Martins

Copyright © 2000 by Bompastor Editora

Todos os direitos reservados.

Permissão escrita deve ser obtida da editora para usar ou reproduzir qualquer parte deste livro, exceto para citações breves em críticas, revistas ou artigos.

Publicado originalmente em inglês com o título:

Six Attitudes for Winners - Tyndale House Publishers, Inc.

Copyright © by Norman Vincent Peale

As citações bíblicas são da Edição Revista e Corrigida de João Ferreira de Almeida (IBB), exceto quando especificada outra versão.

Editoração eletrônica: Bompastor Editora

© Direitos reservados

Produto: 95441

Impresso no Brasil

SUMÁRIO

UM	
Positivo: Nenhum Problema É Grande	
Demais Para Ser Resolvido	04
DOIS:	
Corajoso: Nada Tenho a Temer	10
TRÊS	
Entusiástico: A Vida Vale a Pena!	16
QUATRO	
Pacífico: Não Preciso me Preocupar	22
CINCO:	
Confiante: Posso Mudar Para Melhor	28
SEIS	
Esperançoso: Tenho um Futuro!	34
SETE	
Manual do Vencedor	
Para Onze Problemas Comuns	39



Positivo: Nenhum Problema É Grande Demais Para Ser Resolvido

J.C. Penney, um velho amigo meu, era um homem vigoroso de 97 anos quando nos sentamos à mesa do preletor no Hotel Waldorf-Astoria de Nova Iorque. Começamos a discutir problemas e o que fazer a respeito deles.

- Você tem tido muitas dificuldades em sua longa vida, J.C. - disse eu. - Qual a sua filosofia de um problema?

A resposta dele foi característica desse grande e bom homem.

- Olhe, Norman - replicou -, eu sou hoje grato por todos os meus problemas. Cada vez que venciam um, tornava-me mais forte e mais capaz de enfrentar os que ainda estavam por vir. Cresci nas minhas dificuldades.

Da mesma forma que J.C. Penney, bem no início de seu esforço para vencer os seus problemas, você precisará tomar uma atitude mental positiva em relação a eles.

COMO VOCÊ ENCARA OS FATOS?

No meu escritório há uma tabuleta, que alguém fez para mim, com os dizeres: *“As atitudes são mais importantes do que os fatos”*. Essas palavras me ajudaram a lidar com meus problemas, porque ensinam como observar um fato. O negativista talvez diga: “Este é um fato sólido e difícil. Não é possível ignorá-lo. Um fato é um fato e ponto final.”

O positivista, porém, do seu lado, diz: “É verdade, isto é um fato. Mas, existe um meio de lidar com este ou com qualquer fato: Rodeie o fato, entre por baixo ou por cima dele, ou o enfrente diretamente. O problema tem de ser resolvido, e eu tenho capacidade para fazer exatamente isso”.

O negativista será provavelmente derrotado pelo fato, enquanto o positivista irá provavelmente lidar com ele criativamente. Não é tanto o fato como a sua atitude em relação a ele que determina o resultado.

O TERRITÓRIO QUE NINGUÉM QUERIA

Vamos examinar o caso de dois vendedores. Um deles foi designado para um território que produzira muito poucos negócios para a empresa. Esse território tinha a reputação de que “ninguém podia fazer nada com ele”.

O homem foi ao seu novo território aceitando plenamente o consenso geral de que não havia possibilidades de negócio naquela área. Raciocinou então: “Por que me desgastar? Já estou sendo tratado injustamente por ter recebido esta área improdutiva de trabalho”.

Você não ficará surpreso em saber que ele deixou de desenvolver qualquer leque apreciável de novos negócios e acabou deixando a empresa. Não chegou sequer a tentar. Para ele era um fato que não havia ali oportunidades. Sua atitude em relação ao território era negativa. Resultados? Negativos!

Um segundo vendedor, vindo de outro ponto do país, não tinha qualquer informação sobre o território, exceto que ficava perto de uma próspera comunidade metropolitana. Ninguém lhe dissera que as possibilidades de venda ali eram nulas, e, portanto, o homem pôs mãos à obra e fez muitas vendas.

“Esta é uma mina de ouro inexplorada!” - Exclamou ele. Seus pensamentos eram todos positivos, assim como a sua atividade; e fez do território um grande sucesso. Tão profunda era a atitude mental positiva desse homem que, se alguém lhe dissesse que o território não prestava, ele não teria acreditado. Por que acreditaria? Havia centenas de milhares de pessoas vivendo ali; elas precisavam do seu produto, e ele faria com que o obtivessem. O vendedor foi um sucesso.

TRÊS PASSOS PARA UMA ATITUDE MENTAL POSITIVA

1. ***Pense, não reaja.*** Quando surge uma dificuldade, a tendência é entrar em pânico ou ficar perturbado, ou até ressentido. Tais reações são emocionalmente condicionadas, e se os atos do indivíduo forem determinados em tal estado de espírito, provavelmente faltará a eles racionalidade.

É preciso disciplinar-se para ser calmo na maneira de pensar. A mente deve estar tranqüila, pois ela não consegue pensar quando em ebulição; só quando está fria é que a mente-pode produzir aqueles conceitos racionais, fatuais, que levam às soluções. Não se permita emoções. Pense!

Sua cabeça é, na verdade, seu maior bem. É preciso mantê-la sempre sob controle disciplinar. Lembre-se da declaração atribuída a Thomas A. Edison: “O principal propósito do corpo é carregar o cérebro”. O grande inventor sabia que é na mente, trabalhando com serenidade, que obtemos idéias e não impulsos. Com essas idéias sólidas resolvemos os problemas.

2. ***Torne-se um pensador ‘como’.*** Depois de trinta anos de trabalho árduo, Fred perdeu seu negócio por causa de um sócio desonesto. Eu esperava que ele estivesse cheio de rancor quando veio ver-me. Em vez disso, contou ter descoberto que seus bens eram bem maiores do que as suas dívidas.

- *Tudo o que eu tinha quando comecei há trinta anos eram US\$ 50,00. Tenho agora US\$ 500,00. Como vê, estou em melhor situação nesse ponto - disse ele com um sorriso. - Comecei com uma mulher maravilhosa, e ela continua comigo, graças a Deus. Tenho também muito mais experiência hoje.*

Dentro de um ano depois do seu revés, ele havia começado outro negócio e ia bem. Mas, a declaração que fez e que ficou comigo foi esta: *“Decidi não ser um pensador ‘SE’, mas um pensador ‘COMO’”*.

Essa é uma distinção que nos faz pensar. O pensador se reflete sobre uma dificuldade ou revés, dizendo amargamente consigo mesmo: “Se apenas tivesse feito isto ou aquilo... Se apenas esta ou aquela circunstância tivesse sido diferente... Se outros não me tivessem tratado tão injustamente...” O processo continua de explicação em explicação, dando voltas, sem chegar a lugar algum. O mundo está cheio de pensadores *SE* derrotados.

*“Todo problema contém as sementes de
sua própria solução.”
- Stanley Arnold*

O pensador *COMO*, por outro lado, não gasta energia em autópsias quando tem de enfrentar dificuldades ou até desastres. Mas, começa imediatamente a procurar a melhor solução, pois sabe que sempre há uma solução. Ele se pergunta: “Como posso usar criativamente este revés? Como posso extrair algo bom dele?”

O pensador como resolve eficazmente os problemas porque sabe que existem sempre valores numa dificuldade. Ele não perde tempo com condicionais “*SES*” fúteis, mas começa a trabalhar diretamente nos “*COMOS*” criativos.

3. ***Creia que pode e poderá.*** Este princípio dinâmico tem sido demonstrado na vida de grande número de crentes para deixar qualquer dúvida quanto à sua validade. É muito importante crer que você pode, com a ajuda de Deus, enfrentar e vencer todos os problemas. As palavras crer e poder estão ligadas numa unidade de criação ativa. Se acreditar que pode, você pode.

Certo homem que estivera passando por um fracasso atrás do outro viu num livro frase que o impressionou: *“Espere o melhor e consiga”*. Isso o atingiu em cheio, e ele admitiu para si mesmo que seus pensamentos tinham sido derrotistas. A cada dia estivera esperando o pior e recebendo o pior. Começou então a procurar na Bíblia idéias “práticas” que apagassem a sua imagem de fracasso. Encontrou várias, inclusive estas duas: “Pedi, e dar-se-vos-á; buscai, e encontrareis; batei, e abrir-se-vos-á” (Mt 7.7) e “Porque Deus não nos deu o espírito de temor, mas de fortaleza, e de amor, e de moderação” (2 Tm 1.7).

Essas passagens bíblicas fizeram nele uma verdadeira lavagem cerebral, eliminando dúvidas e inferioridades. *“Decidi”*, disse ele, *“tomar uma atitude diferente em relação ao meu emprego. Iria começar cada manhã dizendo: ‘Gosto do meu trabalho. Este vai ser o melhor dia da minha vida’. Comecei a ver que, se não acreditasse em mim mesmo, não poderia esperar que ninguém acreditasse em mim.”*

Essa foi a experiência de R. Gene Scalf, que contou sua história na revista *Guideposts*.

Você deve, então, fortalecer a sua fé enfraquecida com os conceitos poderosos da Bíblia. A Bíblia está repleta de pensamentos que produzem fé, os quais podem renovar toda a sua atitude mental. Quando isso acontecer, você se tornará um crente que pode trilhar um caminho de fé para vencer os problemas.

O SEU PROBLEMA: A PÉROLA DE ALTO PREÇO

Há alguns anos conheci um homem de grande inspiração que me ensinou a técnica de procurar pela “*pérola de alto preço*” oculta no coração de um problema. Quando jovem, sobrecarregado com um problema aparentemente insolúvel, fui pedir-lhe um conselho.

- Você tem, então, um problema - disse ele. - Parabéns!

Charles F. Kettering:

“Tragam-me Problemas”

Charles F. Kettering, pesquisador científico de renome, era um homem sábio, uma espécie de filósofo inato. Era um gênio inventivo da mais alta classe, especialmente no campo automotivo. “Eu não poderia fazer nada sem os problemas”, declarou ele enfaticamente; “eles fortalecem a minha mente. Na verdade, digo a meus auxiliares que não me tragam os seus sucessos, pois eles me enfraquecem; mas que, pelo contrário, me tragam os seus problemas, pois eles me fortalecem.”

- Parabéns? - perguntei surpreso. Simpatia parecia mais ao ponto.

Ele replicou alegremente:

- Porque, por causa desse problema, algumas coisas esplêndidas podem acontecer em sua vida.

Com o encorajamento da parte dele, detalhei todo o problema. Ele ouviu atentamente enquanto eu colocava a situação à sua frente.

- Eis aí, então, o seu grande problema. Não vamos temê-lo.

Seu rosto não está fechado. Pelo contrário, sorri para você, pedindo que brinque de esconde-esconde com ele. Há algo grande oculto ali. A diversão para você é encontrá-lo.

Ele começou a cutucar extravagantemente com o indicador uma massa imaginária sobre a mesa.

- Todo problema tem um ponto fraco - explicou. - Vamos encontrá-lo. - Riu de repente. - Aqui está. Vamos agora fragmentar o seu problema. Estou certo de que vamos encontrar algo interessante nele.

Sob a sua hábil orientação descobrimos de fato um dos maiores valores em minha experiência pessoal. Passei a ter desde então um profundo respeito pelos problemas, sabendo que cada um que surge à minha frente pode trazer com ele um dom inestimável de sabedoria, discernimento e compreensão. Não lute com um problema. Nunca se queixe quando um deles aparece. Em vez disso, comece fazendo perguntas ao problema. Pois ele está cheio de conhecimento para você. Na verdade, um problema é um dos melhores métodos de Deus para ensiná-lo, para ajudá-lo a se desenvolver.

REDUZA O SEU PROBLEMA AO TAMANHO CERTO

Nossa tendência é quase sempre nos sentirmos inferiores e inadequados na presença de um problema. A pessoa se inclina a aumentar mentalmente o problema, considerando-o muito maior do que realmente é. Ele nos assusta e amedronta, não por ser grande demais para nós, mas porque nossos pensamentos temerosos o revestiram de uma dificuldade que ele realmente não possui. Endireite o problema.

Um procedimento importante é reduzir o problema às suas reais proporções - reduza-o ao seu tamanho. Jogue fora o sentimento de medo-pânico-inadequação e comece a pensar com raciocínio objetivo. Endireite o problema.

Encontrei num escritório um homem por trás de uma mesa, na qual folhas de papel estavam colocadas num padrão ordenado. Cada folha continha anotações feitas a mão. O homem disse:

- Você pode estar curioso quanto à finalidade destes papéis. Na verdade estou lidando com um problema muito difícil e tenho meu próprio método para resolvê-lo.

Ele contou-me, então, que houve um período em sua vida no qual era “derrotado” pelos problemas. Encontrou, porém, um dia um homem de negócios mais velho que lhe disse: “Olhe, Jack, descobri que nenhum problema é tão ameaçador quanto parece. Descobri também que, se começar a fragmentar o problema em suas partes componentes, você pode lidar com o problema inteiro tratando separadamente essas partes. Tome as partes do problema. O assunto não vai mais parecer tão sério para você.”

- Esse conselho fazia sentido - disse meu amigo -, o meu método é agora o que você vê aqui. Analiso inteiramente o problema, fragmentando-o e escrevendo nessas folhas seus vários aspectos. A seguir - continuou -, oro e peço orientação sobre como devo proceder. No geral, removo a parte mais fácil do problema e disponho dela. Desta forma continuo a trabalhar e orar até que ele fique reduzido ao seu núcleo essencial. É agradável observar depois como me sinto adequado para lidar com a essência do assunto. Este método realmente funciona - afirmou ele entusiasticamente. - Funciona tão bem que estou aproveitando mais a vida do

que nunca. Descobri que sou maior que qualquer problema - concluiu vigorosamente.

BUSQUE AJUDA SOBRENATURAL

Quando afirmamos que você pode superar qualquer problema, estamos levando em conta que não tem de fazer isso sozinho. Você sabe que tem à sua disposição a ajuda extra de Deus. Você tem a vantagem de receber discernimento e força maiores do que qualquer ser humano possui. Que problema pode ser difícil demais para Deus e você agindo juntos em perfeita harmonia? Essa é a maior de todas as combinações.

Uma jovem esposa atraente me contou alegremente sobre as várias maneiras em que Deus tinha estado com ela nos problemas. E ela tivera muitos problemas. Entre outras dificuldades, ela ficara deficiente por causa da paralisia infantil. Mas o espírito vitorioso tão evidente nela demonstrou que sabia como vencer qualquer problema.

- Qual o seu segredo? - perguntei admirado.

- Oh! - declarou ela vibrante - tenho o número do telefone de Deus. Posso ligar a qualquer hora para ele, e a sua linha nunca está ocupada. Ele sempre responde.

- E qual é o telefone de Deus? - indaguei.

- É JR 33.3. Isto é, Jeremias, capítulo 33, versículo 3, onde diz: “Clama a mim, e responder-te-ei, e anunciar-te-ei coisas grandes e firmes, que não sabes”.

Você com certeza pode resolver qualquer e todos os seus problemas se tiver o “número do telefone de Deus”, sabendo que o conselho e a ajuda divina estão sempre disponíveis.

Se os problemas parecerem grandes demais para você, talvez seja porque não está telefonando para Deus. O telefone dele não está desligado. Nem a linha está ocupada. Ele está ali esperando a sua chamada. Disque o número dele (JR 33.3). Chame-o e ele vai responder imediatamente. Ele pode mostrar-lhe o caminho para sair da sua dificuldade. Pode guiá-lo para vencer qualquer problema.



Corajoso: Nada Tenho a Temer

Toda emoção é removível. A ira é removível. A depressão é removível. O ódio é removível. O preconceito é removível. Acima de tudo, o medo é removível.

Uma das primeiras providências para vencer qualquer medo é compreender que ele é de fato removível. Nunca pense que você precisa viver com medo a vida inteira. Não precisa. Não imagine que em vista de sua mãe, seu pai, ou seu avô ter tido apreensões e temores, você também deve tê-los. Se quiser ser perseguido pelo medo a vida toda, pode sê-lo com facilidade. Mas, isso não é necessário.

ENFRENTANDO AS TEMPESTADES DA VIDA

Eleanor Roosevelt disse certa vez: “Você ganha força, coragem e confiança por meio de cada experiência em que realmente ousa encarar o medo de frente”.

Quando a pessoa se opõe decididamente a algo, esse algo tende a encolher-se e finalmente desaparecer. Há muito menos perigo em enfrentar uma dificuldade ou temor do que em tentar evitá-lo ou fugir dele.

“O primeiro dever do homem continua sendo o de subjugar o medo... Os atos humanos tendem a escravizá-lo... até que ele coloque o medo sob os seus pés.”

- Thomas Carlyle

Um velho cowboy afirmou que aprendera a lição mais importante da vida com as vacas Hereford. Ele trabalhara toda a sua vida em fazendas de gado, onde as tempestades de inverno dizimavam grande parte dos rebanhos. Chuvas geladas varriam as planícies. Os ventos uivavam implacáveis, erguendo grandes montes de neve. As temperaturas muitas vezes caíam rapidamente abaixo de zero. O gelo esvoaçante cortava a carne de quem se aventurava a sair de casa. Durante esta demonstração de violência da natureza, quase todo o gado voltava as costas para as rajadas frias e cortantes e descia lentamente pelo caminho, quilômetro após quilômetro. Finalmente, interceptados por uma cerca que marcava o limite das

terras, os animais se empilhavam contra a barreira e morriam em grande número. As Herefords, porém, agiam de modo diferente. O gado dessa raça instintivamente se dirigia para o lado em que o vento soprava. Elas ficavam ali, ombro a ombro, enfrentando a tempestade, com a cabeça baixa contra os seus ataques violentos. “A gente quase sempre encontrava as Hereford vivas e em forma”, disse o caubói. “Acho que essa foi a maior lição que aprendi nas pradarias - encarar de frente as tempestades da vida.”

Esta lição é válida. Não tente fugir das coisas que teme e seguir a direção do vento para evitá-las. Todo ser humano tem de tomar decisões a toda hora, quer seja para enfrentar dificuldades terríveis ou tentar fugir delas.

Na verdade, a maioria dos temores não tem fundamento. Um amigo meu calculou que durante a sua vida 92% das coisas que ele temia nunca aconteceram. Cerca de 8% aconteceram realmente, e ele afirmou sobre elas: “Oh! Apenas as enfrentei, lidei com elas e as superei”. Acrescentou a seguir: “Todos os temores são controláveis”.

PLANO DE TRÊS PASSOS PARA ELIMINAR SEUS TEMORES

1. *Decida ser uma pessoa de fé.*

Para eliminar o medo, a primeira coisa a fazer é dizer com determinação: *“Não quero mais ser motivado pela ansiedade e pelo medo. Quero expulsar o medo e a ansiedade de minha mente e não ser mais dominado por eles. Decido agora - determino agora - que a minha ansiedade e o meu medo sejam controlados, até eliminados, e que eu me torne uma pessoa de fé”*.

É claro que dizer essas coisas, mesmo com força, não fará com que elas se realizem. Mas serão realizadas quando você afirmá-las decididamente e resolver perseverar no seu desejo e propósito.

2. *Enfoque um medo de cada vez.*

Pegue uma folha de papel e faça uma lista de todas as coisas que teme. Essa lista deve ser o mais completa e honesta possível. A seguir, estude a lista cuidadosamente para determinar qual o seu medo mais difundido, aquele que pode estar presente todos os dias e que mais o perturba. Decida atacar primeiro esse medo específico.

Sugiro este procedimento porque você só é capaz de resistir a apenas um medo de cada vez. Um ataque sobre todos eles seria provavelmente mais do que você teria condições de vencer com sucesso. Mas, se superar primeiro um determinado medo, e depois outro, e mais outro, irá então reunir energias para derrotar todo o seu padrão de medo.

Stonewall Jackson: “Nunca Consulte os seus Temores”

Lembra-se da velha história do general Stonewall Jackson? Certa noite, durante a Guerra Civil nos Estados Unidos, Jackson conferenciava com seus generais. Ele planejava uma sortida ousada no vale Shenandoah. O plano era estrategicamente brilhante. As probabilidades de problemas eram altas, mas havia chances de

sucesso. Na conclusão da conferência, um dos generais de Jackson disse: “Olhe, general, estou com medo disso. Temo que não possamos levar o plano avante”. A história conta que Jackson levantou-se, colocou a mão no ombro do subordinado e falou: “Nunca consulte os seus temores, general. Nunca os consulte”.

Os índios americanos acreditavam que a força de um guerreiro escalpado passava para o bravo que o matara. O guerreiro índio era forte em proporção ao número de escalpos pendurados em sua cintura. Escalpe os seus temores, um de cada vez, e poderá, então, enfrentar medos maiores e mais fortes e vencê-los.

3. *Aumente a sua fé.*

Um terceiro procedimento é o que pode ser chamado de programa de impacto espiritual, ou um método para aumentar rapidamente a fé. No melhor sentido, a fé resulta naturalmente de um longo processo espiritual. Como temos, no entanto, o problema prático de lidar com o pecado e não possuímos fé suficiente para contrabalançá-lo, resta-nos, então, a necessidade de aumentar imediatamente a nossa fé.

Para conseguir isto, sugiro que tome grandes “doses” de fé. Trabalhe zelosa e constantemente, com o propósito definido de saturar a sua consciência. Examine as Escrituras, procurando passagens que expressem os valores mais altos que as pessoas já tiveram. Decore-as. Repita-as até que elas dominem completamente seus pensamentos.

Não vai demorar até que esses pensamentos poderosos de fé comecem a expulsar os seus temores.

ACABE COM O SEU MEDO DAS PESSOAS

Quando eu era um jovem repórter do antigo Detroit Journal, meu editor, Grove Patterson, se interessou bondosamente por mim. Grove era um homem de muito discernimento e sensibilidade. Certo dia ele me chamou ao seu escritório.

- Norman - disse ele -, sinto que você tem muito medo e ansiedade. Precisa livrar-se disso. O que há neste mundo para temer? Por que alguém como você, ou eu, ou qualquer outro, deve viver como um coelho assustado? O bom Senhor nos disse que vai ajudar-nos e estar conosco.

Sempre me lembrarei dessa conversa.

- Olhe, filho - disse ele -, vou dar-lhe um pequeno conselho. O único que devemos temer neste mundo é Deus, e isso não significa ter medo dele. Significa estimá-lo. Não devemos temer mais nada. Não tenha, então, medo de coisa alguma ou de qualquer pessoa.

- Mas, Sr. Patterson - repliquei -, isso vai ser difícil. Como alguém pode viver sem nunca ter medo de alguma coisa ou de alguém?

Ele apontou um dedo comprido, manchado de tinta, para mim.

- Ouça, vou dizer-lhe como. ‘Sê forte e corajoso; não temas... porque o Senhor, teu Deus, é contigo por onde quer que andares (Josué 1.9, R.^a).’ Agarre-

se a essa promessa - ele acrescentou - e não esqueça de que ela foi feita por alguém que nunca deixou ninguém na mão.

Dois Pensamentos de Fé

• **Salmo 34:** “Busquei ao Senhor, e ele me respondeu; livrou-me de todos os meus temores.” Dizer que busquei ao Senhor significa que eu estava realmente determinado a buscá-lo, e esta determinação me levou a ele.

• **Salmo 23:** “Não temerei mal algum, porque tu estás comigo”(V. R.). Grave a presença de Deus em sua mente, e o medo desaparecerá.

O mundo está cheio de indivíduos que vivem miseravelmente porque o medo de outras pessoas afeta os seus relacionamentos pessoais. O empregado teme o patrão. A pessoa tímida teme as mais extrovertidas. Conheci esposas que temiam os maridos e vice-versa; e hoje em dia parece que um bom número de pais tem medo dos filhos. Alguns chegam a desistir de participar de um evento ou de um grupo porque alguém os faz sentir-se inferiores.

Como o medo a outras pessoas pode ser vencido?

1. **Ajude outras pessoas medrosas.** Saiba que em todos os grupos há sempre outros tímidos. Você pode ficar surpreso ao descobrir quem são; o que fala mais alto, por exemplo, está ocultando seus sentimentos de inferioridade. Escolha uma pessoa tímida no grupo e lhe mostre atenção. Isto irá ajudá-la e ajudar duplamente a você.
2. **Seja inteiramente você mesmo.** Lembre a si mesmo que você é diferente, que é de fato o único que existe. Isto irá libertá-lo da imitação servil de outras pessoas. O esforço para imitar alguém é em essência medo de outros, ou medo de ser diferente.
3. **Ame a outros.** O principal fator curativo para vencer o medo a outros é aprender a amá-los. “O perfeito amor lança fora o medo” (1 Jo 4.18, V. R.). Quanto mais você desenvolve apreciação e estima por outras pessoas, mais fácil, mais normal, será a sua relação com elas.
4. **Ore pelas pessoas** com quem você se sente contrariado ou desconfortável. Peça a Deus que as ajude nos problemas delas - elas têm alguns problemas, e você os conhece. Em algum momento, sentirão sua atenção por elas por meio da oração e irão agradecer-lhe por isso.

NÃO TEMA O FRACASSO

É possível que você se surpreenda com o número de pessoas que talvez estejam sendo profundamente perturbadas pelo medo do fracasso. É perigoso ver

esse medo trabalhando contra você, porque ele pode congelar a sua personalidade e, portanto, induzir justamente o fracasso que você teme.

Todos tendem a fracassar às vezes, e a pergunta importante a fazer é: como você reage ao fracasso? Na verdade, o fracasso pode ser um professor excelente - nossos erros nos ensinam como não fazer determinada coisa. É possível aprender também mediante nossos sucessos como algo pode ser feito corretamente. O importante é pesquisar insistentemente tanto o fracasso quanto o sucesso para descobrir novos discernimentos e técnicas. Você pode produzir grandes realizações a partir do que parecia a princípio completo fracasso; mas se permitir que o fracasso continue como fracasso, ele resultará em fracasso para sempre.

Quando você experimentar, então, um fracasso, examine-o cuidadosamente, pergunte a si mesmo por que fracassou, depois volte a ele mais sábio, mais competente, e nunca, de maneira alguma, com a idéia de que continuará falhando. Esta prática fortalece você no processo de afastar mentalmente o fracasso e atrair o sucesso.

Não há satisfação neste mundo semelhante à de vencer o medo de fracassar. Se você se preparar para um ataque frontal planejando, aprendendo, pensando, estudando, trabalhando, crendo e orando, terá todos os ingredientes necessários para eliminar o medo avassalador do fracasso.

O Amor Vence o Medo

Um jovem me consultou sobre o medo que tinha do chefe, um homem severo do qual muito poucos podiam aproximar-se. O jovem declarou: “Quase tremo visivelmente quando sou chamado ao seu escritório, e meu trabalho exige que lhe preste contas diariamente”. Sugeri que o chefe havia se tornado aparentemente severo e duro por causa de problemas pessoais de solidão ou outros. Aconselhei o jovem a orar pelo empregador e enviar pensamentos de afeto e amizade na direção dele. “Seria como tentar abrir sulcos numa parede de aço”, queixou-se o rapaz. Mas o velho não se mostrou afinal tão duro quanto as suas autodefesas pareciam indicar. Quando o jovem empregado mudou de atitude, demonstrando consideração pelo chefe como um ser humano, surgiu entre eles um sentimento de cordialidade e o medo em relação ao empregador desvaneceu-se. Trata-se de uma simples lei dos relacionamentos humanos: O amor e a amizade sinceros vencem o medo de outras pessoas. A libertação completa do medo a outros resulta quando você supera sua autopercepção e passa a ter consciência das necessidades alheias.

O SEGREDO DA CORAGEM

O segredo da coragem é admitir, simples e sinceramente, seus sentimentos de fracasso - depois, com a ajuda de Deus, ir e fazer o seu trabalho apesar deles. Este procedimento manterá o medo sob controle.

Maurice Chevalier foi o maior artista de sua época. Certa noite, na metade da carreira, antes de entrar no palco ele sentiu-se extremamente atordoado; seu cérebro parecia queimar. Tentou desesperadamente controlar-se, mas a mente entrou em pânico. Sentiu-se irremediavelmente perdido.

Seus companheiros de cena o substituíram naquela noite e durante várias semanas; mas a facilidade e o garbo com que atuava e que eram a sua marca registrada se foram. Ele hesitava, gaguejava. O fracasso chegara pela primeira vez à vida do grande ator.

Obrigado a repousar, Maurice Chevalier ficou sob os cuidados do Dr. Robert Dubois no sul da França.

- Sou um homem derrotado. Tenho medo de ser um fracasso. Não há mais futuro para mim - disse ele ao médico.

Foi aconselhado a fazer longos passeios para restaurar seu sistema nervoso danificado. Todavia, o tormento interior não o abandonou. Ele perdera toda a confiança e tinha medo, muito medo.

Depois de algum tempo, o médico sugeriu que representasse diante de um pequeno grupo no salão da cidade.

- Mas - declarou Maurice -, fico aterrorizado com a idéia. Como posso ter certeza de que minha mente não vai falhar?

O médico respondeu lentamente:

- Não há garantias, mas você não deve temer o fracasso. Você teme voltar ao palco e por isso diz a si mesmo que está vencido. Mas o medo não é jamais uma razão para desistir: é apenas uma desculpa. Quando um homem corajoso encontra o medo ele admite isso, e continua apesar dele.

Maurice sofreu verdadeira agonia de medo antes de sua volta ao palco naquela cidadezinha. Mas, não desistiu e atuou muito bem. Sentiu-se transbordar de alegria. “Eu sabia que não tinha conquistado o medo. Simplesmente o admitira e continuara apesar dele; e o esquema funcionou.”

A partir daquela noite, Maurice Chevalier representou diante de audiências em toda parte. “Houve muitos momentos de medo”, confessou ele. “O amável médico tinha razão; não há garantias. Mas o fato de ter medo nunca mais me fez desejar desistir.”

E continuou:

“A experiência me ensinou isto. Se aguardarmos o momento perfeito em que tudo esteja seguro e assegurado, ele talvez não chegue nunca. Montanhas não serão escaladas, corridas não serão vencidas, ou a felicidade duradoura não será alcançada.”

Não tenha então medo de ter medo. Admita honestamente o seu sentimento e depois aja como se ele não existisse - e, com a ajuda de Deus, prossiga e faça o seu trabalho, esquecendo totalmente o medo.



Entusiástico: A Vida Vale a Pena!

Emerson escreveu: “Sem entusiasmo nada grande jamais foi alcançado”.

Existe uma qualidade extraordinária e dinâmica no entusiasmo. Ela é permeada por uma atitude vitoriosa tão forte que varre tudo à sua frente; torna viva a personalidade e liberta poderes adormecidos.

A diferença entre entusiasmo e fé é realmente muito pequena. O entusiasmo pode ser talvez definido como fé ardente. O entusiasmo é um dos maiores dons de Deus.

“Ninguém é tão velho quanto aqueles que sobreviveram ao entusiasmo.”

- Henry David Thoreau

Qual a característica destacada de uma criança pequena? É o entusiasmo! Ela acha que o mundo é esplêndido e gosta muito dele. Tudo a fascina. Huxley disse que o segredo do gênio é continuar tendo o espírito de uma criança até a idade avançada, o que significa nunca perder o entusiasmo. No entanto, são pouquíssimas as pessoas que retêm esse sentimento, e uma das razões é permitirem que o entusiasmo desapareça. Se não estiver extraindo da vida tanto quanto deseja, examine então as condições do seu entusiasmo.

ATRAVÉS DOS OLHOS DO ENTUSIASMO

Minha mãe foi uma das maiores entusiastas que já conheci. Ela se deliciava com os acontecimentos mais triviais. Tinha a capacidade de ver romance e glória em tudo.

Lembro-me de uma noite enevoadas em que estávamos atravessando de Nova Jersey para Nova Iorque numa balsa. Não havia nada particularmente belo para mim na neblina vista de uma balsa, mas minha mãe exclamou:

- Não é emocionante?

- O que é emocionante? - perguntei.

- Ora - disse ela -, a neblina, as luzes, aquela outra balsa pela qual acabamos de passar! Veja a maneira misteriosa como as suas luzes desaparecem no nevoeiro.

Naquele momento ouvimos uma sereia de neblina em meio à brancura das brumas que nos cercavam. O rosto de minha mãe parecia o de uma criança

excitada. Quanto a mim, não sentira nada naquela viagem, exceto minha pressa de atravessar o rio.

Ela encostou-se na amurada naquela noite e me olhou atentamente.

- Norman - disse com gentileza -, venho aconselhando você durante toda a sua vida. Alguns dos conselhos você seguiu, outros não. Mas aqui está um que eu quero que siga. Tome a decisão, neste momento, de que o mundo é repleto de beleza e excitação. Mantenha-se sensível a ele. Ame o mundo, a sua beleza e seus habitantes.

Quem tentar seguir constantemente esse curso simples será abençoado com abundante entusiasmo e terá uma vida plena de alegria.

“A SENHORITA NINGUÉM”

Certa noite conheci a “Srta. Ninguém”. Depois de uma palestra numa cidade da Costa Oeste, uma jovem apertou frouxamente a minha mão e disse numa voz pequena e tímida:

- Pensei que gostaria de cumprimentá-lo, mas na verdade não quero aborrecê-lo. Há tantas pessoas importantes aqui e eu não passo de uma ninguém.

- Por favor, fique. Gostaria de conversar com você.

Mais tarde, eu disse:

- Agora, Srta. Ninguém, vamos conversar um pouco.

- Do que me chamou? - indagou ela surpresa.

- Chamei-a pelo único nome que me deu. Você me disse que era uma Ninguém. Tem outro nome?

- Claro que sim - replicou. - Veja bem, tenho um grande complexo de inferioridade. Vim ouvi-lo, esperando que dissesse algo que pudesse ajudar-me.

- Olhe - eu disse -, estou dizendo-o a você agora: Você é uma filha de Deus.

Aconselhei-a, então, a mostrar-se corajosa a cada dia e dizer a si mesma: “Sou uma filha de Deus”. Esbocei para ela algumas das técnicas deste livro para praticar o entusiasmo e a autoconfiança.

Há pouco tempo, quando falava sobre o mesmo assunto, uma jovem atraente aproximou-se.

- Lembra-se de mim? Sou a antiga Srta. Ninguém.

Sua atitude entusiástica e o brilho em seus olhos mostravam a mudança que se operara nela.

Este incidente sublinha um fato importante. ***Você pode mudar!*** Qualquer um pode mudar! Até um ninguém abatido pode vir a ser um alguém entusiasmado!

COMO DESENVOLVER O ENTUSIASMO

1. ***Comece bem o dia.*** Você pode condicionar o dia nos primeiros cinco minutos depois de acordar. Henry Thoreau costumava ficar na cama de manhã

contando a si mesmo todas as boas notícias que conseguia lembrar. A seguir se levantava para enfrentar o dia num mundo cheio de coisas, pessoas e oportunidades boas.

O falecido William H. Danforth, um conhecido homem de negócios, fez esta afirmação: “Todas as manhãs levante-se em toda a sua altura e mostre-se determinado. A seguir, pense incisivamente - tenha pensamentos grandes e elevados. Depois, saia e aja com coragem. Faça isso, e a alegria fluirá para você.

2. **Leia a Bíblia**, pois ela está cheia de geradores de entusiasmo. Que maiores motivadores há, por exemplo, do que: “Tudo é possível ao que crê” (Mc 9.23) e “E tudo o que pedirdes na oração, crendo, o recebereis” (Mt 21.22)?

A Bíblia vibra positivamente de entusiasmo! “E vos renoveis”, diz ela, “no espírito do vosso sentido (mente)” (Ef 4.23). Não apenas na superfície da mente, mas no espírito profundo que ativa os seus pensamentos. Sature sua mente com as grandes passagens bíblicas. Depois ore, pedindo a Deus orientação, e vá em frente!

Dois Estimulantes da Fé

- Todas as manhãs e todas as noites da sua vida diga estas palavras: “Posso todas as coisas naquele que me fortalece” (Fp 4.13).

- Diga três vezes por dia: “Este é o dia que fez o Senhor; regozijemo-nos, e alegremo-nos nele” (SI 118.24).

3. **Ame a vida e as pessoas**. Ame as pessoas, ame o céu, a beleza e a Deus. Quem ama sempre se torna um entusiasta. Comece hoje a cultivar o amor pela vida. Como Fred, por exemplo, que tem um pequeno restaurante.

Colocando a mão enorme sobre o balcão, ele me perguntou:

- Tudo bem, irmão, o que vai querer hoje?
- Você é o Fred?
- Sim.
- Me disseram que os hambúrgueres aqui são bons.
- Irmão, você nunca comeu hambúrgueres assim.
- Está bem, então, quero um.

Debruçado no balcão, com as mãos trêmulas, achava-se um homem idoso que parecia muito pobre. Depois de Fred ter trazido o meu hambúrguer, ele foi até o velho e colocou a mão no ombro dele.

- Tudo bem, Bill - disse ele -, tudo bem. Vou dar-lhe um prato daquela sopa quente que você tanto gosta.

Bill sacudiu a cabeça com gratidão.

Outro velho então levantou-se e foi arrastando os pés até o caixa. Fred disse:

- Sr. Brown, cuidado com os carros na avenida. Eles aceleram à noite. - Depois acrescentou: - Veja o luar sobre o rio. Está lindo hoje.

Quando paguei minha conta, não pude deixar de comentar:

- Sabe de uma coisa, amigo? Gostei da maneira como falou àqueles dois senhores de idade. Você os fez sentir que a vida é boa.

- E por que não faria isso? A vida é boa. Tenho prazer em viver. Esses são dois velhos tristes, e esta casa é um tipo de lar para eles. De todo modo, gosto de ambos.

“A pior falência é a do homem que perdeu o entusiasmo. Se o homem perder tudo na vida, menos o entusiasmo, ele voltará a ter sucesso.” - H.W. Arnold

Descubra necessidades e supra-as. Leve o entusiasmo para a sua vida!

4. ***Mantenha o seu nível de energia.*** Para continuar cheio de energia, conforme o propósito de Deus para você, mantenha a entrada de energia maior do que a saída. Se estiver tenso e estressado, a tensão constante o esgotará de maneira que a energia vai se dissipar, e, com ela, o seu entusiasmo.

Portanto, descubra a grande técnica de “entregar tudo a Deus”. Peça a Deus sabedoria e orientação e depois dê o melhor à vida. Tendo feito o seu melhor, deixe os resultados para o Senhor, confiando na sua providência. Você vai encontrar renovação, novas energias, novo entusiasmo.

DEIXE O ENTUSIASMO TOMAR CONTA

Conheci Vincent Lombardi, famoso técnico de futebol. Quando ele foi a Green Bay encontrou um time derrotado, abatido. Ficou diante deles, olhou-os por longo tempo em silêncio e disse depois em voz baixa, mas intensa:

- Senhores, vamos ter um grande time de futebol. Vamos ganhar os jogos. Ouçam bem. Vocês vão aprender a bloquear, vão aprender a correr, aprender a driblar. Vão ser melhores do que os times que competirem com vocês.

W. Clement Stone:

O Poder dos “... Automotivadores”

W Clement Stone é uma pessoa sinceramente entusiasta. Perguntei-lhe qual o segredo do seu entusiasmo.

- Como sabe - respondeu ele -, as emoções nem sempre ficam imediatamente sujeitas à razão, mas sempre ficam imediatamente sujeitas à ação (mental ou física). Além disso, a repetição do mesmo pensamento ou do mesmo ato físico passa a ser um hábito que, repetido com suficiente frequência, torna-se um reflexo automático. É por isso que uso automotivadores. Um automotivador é uma afirmação que você usa deliberadamente para levá-lo a uma ação desejável. Você repete um automotivador verbal cinquenta vezes de manhã... cinquenta vezes à noite... Durante uma semana ou dez dias, para gravar as

palavras indelevelmente em sua memória. Alguns automotivadores são:

- Deus é sempre um Deus bom!
- Você tem um problema... isso é ótimo!
- Cada adversidade contém a semente de um benefício equivalente ou maior.
- Descubra uma idéia que funciona e... trabalhe nessa idéia!
- Faça isso agora!
- Para ser entusiasta... AJA... com entusiasmo!

Não esqueçam disso. E como pôr essas coisas em prática? - continuou ele. - Precisam ter confiança em mim e no meu sistema. O segredo de tudo está aqui (e bateu na testa). De hoje em diante, quero que pensem em apenas três coisas: seu lar, sua religião e nos Green Bay Packers, nessa ordem! Deixem o entusiasmo tomar conta de vocês!

Os homens se endireitaram nas cadeiras. “Saí daquela reunião”, escreveu o zagueiro, “me sentindo com dois metros de altura!” Naquele ano eles ganharam sete jogos - com praticamente os mesmos jogadores que haviam perdido dez jogos no ano anterior. No ano seguinte ganharam um título de Divisão e no terceiro ano o Campeonato Mundial. Por quê? Porque, além do trabalho duro, da habilidade e do amor ao esporte, o entusiasmo fez a diferença.

O que aconteceu com os Green Bay Packers pode acontecer a uma igreja, um negócio, um país, ou a um indivíduo. O que vai na mente é o que determina o resultado. Quando alguém fica realmente entusiasmado, você pode perceber essa emoção no brilho de seus olhos, em sua personalidade alerta e vibrante. Você observa isso na elasticidade de seus passos. Pode vê-lo na sua garra. O entusiasmo faz a diferença em sua atitude para com outras pessoas, com seu trabalho, com o mundo. Ele faz uma enorme diferença na vivacidade e alegria da existência humana.

Você está vivo? Tem entusiasmo?

ELE APRENDEU A PRATICAR O ENTUSIASMO

Suponhamos que a vida tenha maltratado você, e a vibração, a ansiedade, a excitação e o entusiasmo desapareceram. Como recuperá-los? Com um dos maiores dispositivos que Deus fez - o novo nascimento.

Certa vez, num dos estados do sul, jantei com um grupo de vinte homens, dez ministros e dez leigos. Um deles em particular era um mestre em contar histórias. Comentei com o ministro ao meu lado:

- Esse indivíduo tem mesmo algo.
- Claro que tem - respondeu ele. - E membro de minha igreja e é a minha Prova A.
- O que quer dizer com “Prova A”?

- Você deveria tê-lo visto há alguns anos. Era tão irritado e problemático que todo mundo o evitava. Tinha dores no coração, nos braços, não conseguia respirar. Era um hipocondríaco. Ficava indo de médico em médico. Tomava mais comprimidos do que qualquer um da cidade. Mas eles não conseguiam curá-lo. Construiu um esplêndido negócio, porém nunca se sentia feliz. Um médico, finalmente, o enviou a um especialista em Chicago. Este especialista era um homem sábio. Ele disse ao nosso amigo: *“Essas dores que sente são pseudodores. Elas não têm origem física; são induzidas por pensamentos errados, doentios. Mude os seus pensamentos, comece a viver com entusiasmo e ficará bom. Essa é a minha receita. Mil e quinhentos dólares, por favor”*.

- Nosso amigo exclamou: *“Mil e quinhentos dólares, pelo quê?”*

“Por saber o que dizer a você. Você cobra caro em seu negócio, eu também!” (O médico explicou mais tarde que sabia que o homem não daria valor a um conselho a não ser que tivesse de pagar por ele.)

Esse indivíduo desajustado voltou então para casa e foi ver imediatamente o ministro de sua igreja, dizendo:

- Aquele médico de Chicago mandou que eu endireitasse os meus pensamentos. Sabe, esse sujeito é um ladrão! Ele me cobrou mil e quinhentos dólares! Como vou agora endireitar meus pensamentos? Vou conseguir meus mil e quinhentos dólares de volta nem que isso me mate! (O médico previra exatamente isso.)

O ministro disse:

- Está bem, Jim, a que distância você mora daqui? Oito quilômetros? Estou vendo o seu motorista lá no carro esperando você. Dispense-o. Quero que volte a pé para casa. E enquanto anda, agradeça a Deus os seus pés, as suas pernas, por ter ido a Chicago e ficar sabendo que tem saúde. Vá para casa praticando o entusiasmo pela vida, por si mesmo, pela floresta de pinheiros que fica no caminho, por seus amigos, por sua igreja, por Deus. Quero que venha andando até aqui amanhã e me conte como se sente.

O homem acabou convidando o ministro para caminhar com ele. O ministro andou com ele cerca de quarenta quilômetros, até que um dia o desafiou:

- Por que não abre mão do controle e deixa que o Senhor Jesus Cristo tome a direção?

Ele fez isso.

- Esse é o seu contador de histórias - o ministro me disse em conclusão. Prova A. Ele aprendeu a praticar o entusiasmo e tem boa saúde - é um homem feliz.



Pacífico: Não Preciso me Preocupar

O seu mecanismo físico é sensível a tudo o que se passa em sua mente. Desde que a preocupação está localizada em sua mente, ela pode causar um efeito devastador em todas as partes do corpo. É assim que funciona.

A preocupação corta a princípio um pequeno sulco em sua consciência. Se repetida, ela se aprofunda, formando um canal de medo ou ansiedade. Quase todos os pensamentos começam então a ser tingidos de preocupação. Como resultado, você se torna uma pessoa medrosa, um preocupado constante. Mediante este processo, você criou um clima mental em que a preocupação viceja e cresce, abrangendo tudo, dominando toda a sua vida.

A fim de deter este processo trágico, o primeiro passo é dar um jeito no seu clima mental condicionado à preocupação, substituindo-o gradualmente por um clima espiritual. Isto pode ser feito inserindo na sua consciência um sistema de pensamento completamente novo.

A receita do médico usa um símbolo (*Rx*) para “Tome”. Sugerimos então que você “Tome” a Palavra de Deus em sua mente. Deixe que ela se dissolva no centro de controle da sua consciência, onde é formado o seu padrão de vida. Se for mantida tenazmente ali, ela irá expulsar de seus pensamentos as infecções que nutriram por tanto tempo a doença da preocupação.

RECEITA: TRATAMENTO DE SETE SEMANAS PARA A PREOCUPAÇÃO

No próximo domingo comece um tratamento de sete semanas para a preocupação. Coloque na mente versículos poderosos e curativos da Bíblia, o maior de todos os livros sobre saúde mental.

Por exemplo, no domingo memorize o versículo para essa semana. Na segunda, repita o versículo todas as vezes em que uma preocupação comece a surgir. Faça o mesmo de terça a sábado. No domingo seguinte, tome o segundo versículo sugerido e repita o processo.

Durante esse período e certamente no final da sétima semana, os versículos terão atestado de tal modo a sua condição mental e espiritual que o processo profundo de cura terá começado. Se continuado com perseverança, uma cura completa do mal paralisante da preocupação terá lugar e você pode realmente iniciar uma nova vida livre de preocupações.

Primeira Semana: No próximo domingo, comece o tratamento, tomando Filipenses 4.13: “Posso todas as coisas naquele (Cristo) que me fortalece” como o pensamento curativo da semana. Repita o versículo muitas vezes durante a semana inteira e especialmente quando a preocupação o ameaçar.

Segunda Semana: No segundo domingo e durante toda essa semana, “tome” Isaías 26.3: “Tu conservarás em paz aquele cuja mente está firme em ti; porque ele confia em ti”. Repita em voz alta muitas vezes até que as palavras se infiltrem na consciência. Isso produzirá uma paz na qual a preocupação não conseguirá sobreviver.

Terceira Semana: Neste domingo e durante a semana, memorize Salmos 23.4, V. R.: “Não temerei mal algum, porque tu estás comigo”. Enfatize, mediante a repetição, o pensamento poderoso da presença de Deus e faça isso várias vezes diariamente a semana inteira. A preocupação não pode coexistir com a presença de Deus. Encha a sua mente de Deus.

Quarta Semana: “Cada dia da semana, tome” Lucas 11.9: “E eu vos digo a vós: Pedi, e dar-se-vos-á; buscai, e achareis; batei, e abrir-se-vos-á”. Repita o texto quantas vezes for possível, inserindo a sua mensagem curativa cada vez mais fundo em sua mente.

Quinta Semana: No quinto domingo e durante toda a semana, memorize João 15.7: “Se vós estiverdes em mim, e as minhas palavras estiverem em vós, pedireis tudo o que quiserdes, e vos será feito”. O conceito “estiverdes (permanecerdes)” é importante, significando ocupação permanente. Quando Deus vive continuamente em sua mente, a preocupação não pode existir nela, porque Deus e a preocupação são incompatíveis. Um deles precisa ir embora - e certamente não será Deus.

Sexta Semana: Na semana do sexto domingo tome em seus pensamentos Marcos 11.24: “Por isso vos digo que tudo o que pedirdes, orando, crede que o recebereis, e tê-lo-eis”.

Sétima Semana: Na última semana a receita para a cura espiritual é 1 Pedro 5.7: “Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós”. Este versículo significa que Deus ama você e irá cuidar de tudo o que o preocupa. Repita as palavras deste texto até que se fixem no seu pensamento para sempre, a fim de recondicionar toda a sua atitude mental.

Seja constante e habitual em aplicar essa receita durante sete semanas e ficará admirado com o seu progresso em eliminar a debilitação da mente e do espírito causada pelas antigas atitudes de preocupação.

Oração Para Quando Estiver Preocupado

Senhor querido, sinto-me preocupado e cheio de medo. A ansiedade e a apreensão ocupam minha mente. Será que o meu amor por ti é fraco e imperfeito, e, devido a isso, sou perseguido pela preocupação? Tentei convencer-me de que não há nada com que me preocupar. Mas, não me senti aliviado. Sei que deveria descansar confiante em teu amor e orientação. Senti-me, porém, nervoso demais para isso. Toca-me, Senhor amado, com a tua paz e ajuda minha mente perturbada a saber que tu és Deus e que não preciso temer qualquer mal. Em nome de Cristo ofereço esta oração.
Amém.

A CONVERSÃO O LIVRO DA PREOCUPAÇÃO

Um banqueiro de Nova Iorque, cético e incrédulo, foi ao culto num domingo. Ele viu nosso anúncio no jornal de sábado sobre o tópico do sermão no dia seguinte: “Você Pode livrar-se da Preocupação”.

O homem escarneceu do título à sua maneira supostamente sofisticada, mas a idéia, como depois contou, “agarrou-se a ele e não quis mais sair”. No domingo lá se achava o banqueiro na Igreja, sentado “no banco dos escarnecedores”.

O que impelia esse indivíduo, porém, era uma profunda necessidade. Seu modo de agir e de pensar tinham praticamente destruído a sua felicidade. Essas coisas estavam também prejudicando seus negócios, pois o seu desempenho estava sendo influenciado pela tensão e nervosismo dele. Procurou, então, a casa de Deus como um paciente que vai a um consultório médico. E o Grande Médico se aproximou dele e o transformou bem ali naquele banco. O banqueiro não conseguia acreditar no que acontecera. Mais tarde me contou: “Não posso explicar, mas aquela igreja estava tão repleta de amor e fé que eu mal podia suportar. De repente, senti Jesus ao meu lado. Ele parecia dizer: ‘Venha a mim e lhe darei descanso’. Eu havia conhecido Jesus quando criança, mas há muito me afastara dele. Naquele domingo ele me recebeu de volta. O que você me diz disso?” ele concluiu.

Depois dessa experiência transformadora de vida, o homem voltou para casa. “Fiquei atônito ao ver como minha mente estava clara e até forte. Tive uma sensação de calma e poder. Era um sentimento glorioso. Não me sentira assim em meses”, declarou.

A seguir, pôs-se a escrever as suas preocupações, velhas e novas, em tiras de papel, estudando-as com olhos críticos. Um sentimento de desgosto o invadiu ao compreender que a maioria das coisas com as quais se preocupara nunca tinham acontecido. Outras, que vieram a realizar-se, sabia agora que podia lidar com elas.

Com um gesto impetuoso, ele reuniu numa bola todos aqueles papéis que representavam preocupações inúteis e atirou-os numa lixeira. “Obrigado, Senhor, pelo teu poder surpreendente de transformar uma pessoa, até mesmo a mim. Pois estou diferente, sinto isso, sei disso.”

Olhou então para algumas das tiras restantes, as quais representavam preocupações reais que antes o teriam levado ao estresse emocional. Agora, disse ele: “O Senhor e eu vamos cuidar desses assuntos”.

Tirei então do bolso da camisa um cartão que levo sempre comigo e li para ele:

*“Senhor, ajuda-me a lembrar que
nada vai acontecer comigo hoje que o
Senhor e eu não possamos resolver
juntos.”*

Isso se aplica a mim - declarou, passando a copiar com entusiasmo essa declaração de fé. - Vou levá-la no bolso e também em meus pensamentos - acrescentou.

Neste caso, a conversão espiritual varreu a preocupação da vida desse homem. Quando ele reencontrou o Senhor, reencontrou a vida. Deixou de se preocupar e começou a viver, viver realmente. Mantém agora o controle de si mesmo porque o Senhor o controla. A obra redentora de Cristo pode criar um novo clima em que a preocupação murcha e morre, no pensamento do indivíduo.

SOME AS SUAS BÊNÇÃOS PARA SUBTRAIR AS SUAS PREOCUPAÇÕES

Um hino evangélico popular há alguns anos fazia bastante sentido: “*Conta as bênçãos, uma a uma, dize-as de uma vez*”. Esse hino era absolutamente sadio, tanto espiritual quanto psicologicamente. Quando você conta as suas bênçãos e continua contando, suas preocupações irão receber a mensagem de que o jogo acabou e começarão a desaparecer.

Um homem do interior do Estado, que lê o material publicado pela *Foundation for Christian Living* (Fundação Para a Vida Cristã), telefonou dizendo que precisava desesperadamente de ajuda. Tudo vai mal - disse ele -, e estou doente de tanta preocupação.

- É bem possível - respondi - que, por estar, como diz, “doente de preocupação”, você esteja aplicando pensamentos doentios e irracionais aos seus negócios e possibilitando, portanto, a sua derrocada”.

- Tudo foi por água abaixo, acabou - lamentou-se o homem. - Não ficou nada, senão um monte de preocupações. Nada mesmo.

- Sinto muito que sua mulher o tenha deixado - falei em tom amável.

- Quem disse que minha mulher me deixou? Minha mulher me ama e está suportando tudo lealmente.

- Isso é ótimo. Vamos fazer uma coisa. Vamos contar o que perdeu e o que restou. Computemos primeiro o que lhe resta - sugeri. - Depois discutiremos o

que perdeu.- Não teremos nada a registrar no primeiro caso - afirmou ele sombriamente.

- Olhe, para começar, você tem um bem bastante valioso. Sua mulher ficou a seu lado e ama você. - E acrescentei: É uma pena que seus filhos sejam viciados e estejam na cadeia.

- Meus filhos não são viciados em drogas! São ótimos filhos, nunca chegaram perto de uma prisão.

- Mas que bom! Vamos, então, listar entre os seus bens: “Os filhos não estão presos”. A seguir continuei: - Foi ruim que sua casa se incendiasse com o seguro vencido porque não conseguiu pagar a apólice.

- Onde você arranjou toda essa informação errada? Minha casa não pegou fogo e tenho dinheiro suficiente para ir vivendo. - A essa altura ele percebera a vantagem de somar as bênçãos. - Sou um idiota, um grande idiota - admitiu envergonhado. - Não havia pensado nos bens que você mencionou.

Tivemos uma conversa agradável e terminamos orando juntos pelo telefone.

Ele teve alguns períodos de abatimento depois dessa entrevista, mas mudara de tal forma a sua maneira de pensar, de negativa para positiva, que o resultado final foi triunfo quase completo sobre a preocupação. Deixou de se preocupar e começou realmente a viver aos 45 anos. Em qualquer idade esta maravilhosa experiência pode ser exatamente para você também.

Henry Ford:

“Sempre Calcule o Melhor”

Um escritor amigo meu entrevistou certa vez Henry Ford, um dos maiores gênios industriais deste país. Entre outras perguntas, ele indagou se a preocupação havia sido um problema. O Sr. Ford respondeu que fora até que ele ficara “ocupado demais para se preocupar”. A seguir, Ford deu ao escritor o que ele chamava de fórmula segura para eliminar a preocupação. Como me foi contada, ela era mais ou menos assim: creia no melhor, pense o melhor, estude da melhor forma possível, tenha um alvo para alcançar o melhor, nunca se satisfaça com menos do que o seu melhor, tente o seu melhor e no final todas as coisas irão resultar no melhor. Seu último conselho foi: “Sempre calcule o melhor”.

CINCO MANEIRAS DE CONFERIR SEU HÁBITO DE PREOCUPAR-SE

1. ***Pratique cuidadosamente ouvir a si mesmo.*** Note e estude com meticulosa atenção cada comentário que faz, para que tome plena consciência do número surpreendente de comentários lúgubres e negativos que pronuncia.
2. ***Comece sendo absolutamente honesto.*** Quando perceber que está fazendo declarações negativas, pergunte a si mesmo: “Será que acredito sinceramente no que estou dizendo ou estou na verdade pronunciando palavras em que não creio de forma alguma?”
3. ***Adote a prática de dizer exatamente o oposto do que você geralmente diz e note como as novas afirmações soam melhor.*** À medida que continuar com este procedimento, se tornará ainda mais excitante ouvir palavras e idéias cheias de vida, esperança e expectativa saindo da sua boca em lugar dos velhos comentários derrotistas.
4. ***Preste atenção em tudo o que acontece enquanto trabalha neste novo procedimento.*** Tome notas e calcule até os menores resultados. Se você tinha, por exemplo, o hábito de dizer mal-humorado: “Acho que as coisas não vão dar certo hoje”, note como elas vão indo bem.
5. ***Pratique atribuir as melhores intenções a cada pessoa e ato a cada dia.*** Esta é a mais interessante de todas as práticas de progresso pessoal. Vim a conhecê-la por meio do falecido Harry Bullis, um dos principais líderes da indústria de fabricação de farinha em Minneapolis. Harry era um homem genuinamente entusiasta, a ponto de me levar a pedir-lhe uma explicação da sua natureza feliz. “Decidi há muito tempo”, disse ele, “atribuir a melhor conotação possível às palavras e atos de cada pessoa e cada situação. É claro que não estava cego às realidades, mas sempre tentei primeiro enfatizar a melhor intenção, pois acredito que tal prática ajuda a estimular o melhor resultado. Esta prática da melhor conotação resultou em entusiasmo em relação às pessoas, aos negócios, à igreja e outros interesses, e me ajudou muito a obter uma vida livre de preocupações.”



Confiante: Posso Mudar Para Melhor

A maioria de nós admite que algumas coisas precisam ser mudadas em nossa vida. Elementos discordantes da personalidade quase sempre contribuem para o fracasso e infelicidade. É possível que certos traços de caráter em nós afastem as pessoas e interfiram nos bons relacionamentos pessoais. Certas fraquezas e desajustes talvez nos prejudiquem. Em tais circunstâncias, você vai alegrar-se com as boas notícias de que existe poder disponível para mudar a sua vida.

Este poder admirável é a vida de Deus em você. Trata-se de uma força imensa que, quando enfocada, produz mudanças espetaculares na personalidade.

A FONTE DE PODER

Um homem foi certa vez até minha fazenda. Ele estava acompanhado da esposa. Eram pessoas talentosas, que não freqüentavam a igreja. Ele era editor, ela, escritora - ambos extraordinariamente capazes. O homem disse: *“Helen e eu estamos infelizes e frustrados. Nenhum de nós se sente bem fisicamente. A vida ficou monótona. Na verdade, chegamos a um beco sem saída. Precisamos de ajuda”*. Ele passou a explicar que ambos, até certo ponto, haviam perdido o toque criativo. Simplesmente parecia que não mais o possuíam. A seguir acrescentou: *“Não queremos permanecer assim. Queremos essa mudança de que você sempre está falando. Como consegui-la?”* Desde que eu sabia que eles eram pessoas que chamaríamos de sofisticadas, fiquei imaginando se aceitariam a simplicidade básica de entrar em contato com o poder que estavam pedindo. Disse então: - Vocês estão insatisfeitos consigo mesmos como são, certo? Até que ponto estão insatisfeitos?

- Completamente - responderam.
- Entendi que querem mudar agora?

A resposta foi afirmativa.

Perguntei então:

- Estão dispostos a afastar da sua vida tudo o que for contrário ao espírito de Cristo? E quero dizer tudo mesmo!

Depois de alguma discussão sobre o que isso envolvia, ficou evidente que estavam de tal forma desejosos de conseguir o poder para transformar sua vida, que iriam até os extremos.

Entramos então num processo de catarse espiritual, envolvendo o esvaziar sincero das atitudes erradas, tais como ressentimento, hostilidade e outras

contaminações mentais. Eles mostravam-se evidentemente sinceros, não estavam brincando.

Eu continuei:

- Ser humano algum tem condições de dar a vocês o poder para mudar sua vida. Só Cristo pode fazer isso. Portanto, estão dispostos a se entregar a Cristo, aceitando-o como seu Salvador e renovador da vida?

O casal ofereceu uma oração humilde e obviamente autêntica de auto-entrega. O poder é dado sempre que a percepção da necessidade se une à completa sinceridade. Eles desejaram, pediram e receberam.

A mudança de ambos nos meses que se sucederam foi notável. A vida tomou novo significado, alegria mais profunda e maior satisfação.

Eles voltaram na primavera seguinte, parecendo bem e em perfeita saúde. Mostravam entusiasmo em relação a tudo. Helen mostrou-se extasiada.

- “Nunca vi uma primavera assim. Os céus estão mais azuis, o sol mais dourado, o canto dos pássaros são mais doces.”

Começaram a aplicar seus talentos em escrever música inspiradora. Tornaram-se ativos na ajuda a outros para encontrar o mesmo maravilhoso poder que eles haviam descoberto.

VOCÊ PODE TER UMA VIDA FAMILIAR FELIZ

A unidade familiar - marido e esposa, filhos, sogros, avós - contém um enorme potencial para a felicidade ou infelicidade, para o amor ou para a incompreensão e conflito. Quando uma família vive numa atmosfera de afeto e respeito mútuos, isso resulta na melhor condição de vida na terra. Mas, quando a família é afligida por mal-entendidos e conflitos, isso cria uma condição pouco sadia, com um efeito negativo, causando problemas contínuos na vida de todos, especialmente dos filhos.

Os seres humanos sensíveis e inteligentes podem, se quiserem, viver juntos em paz e num relacionamento de fato alegre. Se essa condição não predominar em sua casa, quero lembrá-lo de que você tem realmente o poder de mudar a vida doméstica.

Que providências podem ser tomadas para produzir um relacionamento familiar feliz?

Dez Passos Para Uma Vida Mudada

1. Compreenda que o poder para mudar a sua vida vem mediante a fé em Jesus Cristo.
2. Entregue a si mesmo e todos os seus problemas a Deus.
3. Pratique o princípio da fé descontráida - Entregue o controle a Deus”.
4. Peça a Deus poder para mudar sua vida. Creia que ele vai supri-lo.

5. Leia o Novo Testamento inteiro, fazendo uma lista das palavras de Jesus, e grave-as na memória.
6. Pergunte a si mesmo o que Jesus faria. Tente então fazer isso.
7. Forme hábitos de oração diária. Separe períodos específicos de tempo para a oração e dê a ela prioridade máxima.
8. Leia o Novo Testamento do princípio ao fim, parando para estudar passagens que impressionem particularmente você.
9. Sature a sua consciência com pensamentos centrados em Cristo.
10. Mostre amor e faça o bem para as pessoas.

1. ***Deve começar com você.*** Decida que começará a criar dentro de si mesmo o espírito animado que poderá rejuvenescer toda a vida familiar.
2. ***Faça a si mesmo esta pergunta:*** “*Estou contribuindo pessoalmente para a felicidade ou infelicidade da família?*” Não deixe de responder a esta pergunta com absoluta sinceridade.
3. ***Corrija em si mesmo qualquer desconfiança ou hostilidade*** e pratique tratar a todos da família, não só com amor, mas com respeito pelas opiniões deles. Dê-lhes genuína auto-estima.
4. ***Considere a si mesmo como uma “célula” de amor e aja com amor.*** Não conte à família que decidiu ser assim. Apenas aja desse modo e eles entenderão. O novo espírito introduzido por você surtirá efeito.

Certo jovem, no fim da adolescência, era definitivamente da geração “agora” - rebelde e desprezando as demais gerações - com exceção da dele. Os pais viraram as costas para o filho e a brecha entre as gerações aumentou, a família se dividiu e a infelicidade se estabeleceu naquele lar.

Esse rapazinho teve então uma experiência espiritual com Jesus Cristo. Como resultado, ele decidiu que, em vez de ser parte dos problemas do mundo, ele participaria da sua cura. Ainda preso aos seus próprios pontos de vista, mas agora respeitando a opinião alheia, o jovem começou a praticar uma atitude de amor dentro de casa. Tornou-se uma pessoa agradável e simpática. Resultado? A família se uniu a um nível mais profundo. Ele estimulou a mudança nos outros. A família se tornou uma unidade onde todos se amavam e se respeitavam mutuamente.
5. ***Encoraje os membros da família, jovens e velhos, a se estimarem como pessoas.*** Cada um precisa aceitar os outros e permitir que todos sejam quem são. A identidade ou personalidade deve ser sempre respeitada. O amor na

família criará um clima de boa vontade e - o que é igualmente importante - de verdadeira compreensão.

6. ***Seja realista.*** Não espere que tudo mude de repente, ou que a mudança seja necessariamente fácil. Pode haver resistência por parte de ressentimentos antigos e até preconceitos, que só serão reduzidos mediante um processo gradual. O principal fator é que alguém deve dar início à mudança e deixar que ela vá acelerando.
7. ***Desenvolva fé e confiança profundas em Deus*** para guiá-lo em casa e em todos os relacionamentos familiares. Quando a Bíblia diz: “Se o Senhor não edificar a casa, em vão trabalham os que edificam” (SI 127.1), é para lembrarmos de uma verdade provada pelo tempo, de que a família com fé religiosa tende a superar os problemas e enfrentar as situações, enquanto as famílias que não possuem fé quase sempre fracassam.

8. ***Comece um programa de oração definida, sincera, enfocando cada membro da família.*** A pessoa que faz regularmente este tipo de oração, embora não mencione isso a outros, irá com o tempo motivar inconscientemente outros a adotarem uma nova atitude, espiritualmente orientada. Quando a oração se torna uma atividade em grupo na família, os membros se unem num companheirismo mais profundo. É bem verdade que a família que ora unida permanece unida.

Uma moça de vinte anos se sentia perturbada por não poder encontrar a si mesma. Sua atitude tinha sido de perene hostilidade, especialmente contra o pai. Mas, certa noite teve um confronto com ele: - *Papai - disse ela -, você é na verdade ótimo. De fato, é um bom homem. Diga-me o que vem fazendo. Vamos, abra-se.*

O pai lhe contou que estivera praticando um programa de oração para mudar de vida e de atitudes, ser um pai melhor, um marido melhor, um membro melhor da família. Ele hesitou e depois disse baixinho: - *Oro por todos, especialmente por você; pois no meu coração acho que sempre tive um afeto muito grande por você, apesar dos nossos conflitos.* - Eu sabia que estava fazendo algo - disse ela, e pela primeira vez em semanas deu-lhe um tapinha amoroso. Nos dias que se seguiram, esse pai e essa filha se aproximaram. Isso acabou mudando a família inteira. Eles provaram o poder para mudar a vida da família.

VOCÊ PODE GOSTAR DO SEU EMPREGO

Quando a pessoa quer mudar sua vida, talvez tenha de mudar de emprego.

Há duas maneiras de fazer essa mudança. A mais óbvia é deixar o atual e arranjar outro. Mas, se fizer isso, supõe-se geralmente que todas as coisas de que não gosta no emprego atual estarão ausentes no novo emprego e que, de fato,

tudo na nova ocupação será ótimo. Isso, no entanto, não é necessariamente verdade.

Existe uma lei da natureza humana que tem de ser reconhecida: Você carrega a si mesmo a todo lugar que vai. Não é possível fugir de si mesmo. Quando você se transfere de um emprego infeliz para outro novo, irá, na própria natureza do caso, levar a si mesmo. Isto significa evidentemente que as mesmas fraquezas e atitudes erradas que tinha no antigo cargo irão estar lá com você como sempre, depois do primeiro transporte de entusiasmo. A segunda maneira de mudar de emprego é mudar a si mesmo. Isso pode ser feito na estrutura do trabalho atual.

Um homem me consultou sobre o seu emprego. Ele disse que não continha oportunidades. Era um beco sem saída. Ia demitir-se e procurar outra coisa. Descrevi o conceito acima de lidar com o emprego. Mencionei a seguir o nome de um homem dinâmico que era muito bem-sucedido.

- O que você acha que o Sr. Smith faria com o seu emprego atual se fosse dele?

Ele pensou um pouco e respondeu:

- Bem, estou certo de que teria sucesso. Ele é sempre bem-sucedido em tudo.

- Mas, como ele iria ter sucesso nesse emprego? - insisti. - O que faria?

Ao que ele respondeu:

- Isso não posso dizer.

- Por que você não passa alguns dias tentando pensar no que o muito bem-sucedido Sr. Smith faria nesse emprego e põe então em prática as suas idéias? Ele voltou mais tarde com uma atitude muito melhor e disse:

- A única maneira de fazer o que o Sr. Smith faria é se me tornasse uma pessoa extrovertida como ele. O Sr. Smith pensa positivo. Acho que devo começar também a praticar o pensamento positivo.

Encorajado, ele seguiu sua nova atitude mental e fez um trabalho bastante criativo em si mesmo. Seu desempenho no trabalho melhorou. Ele obteve uma nova colocação mudando a si mesmo no emprego que já ocupava.

VOCÊ PODE DISPENSAR AS MULETAS DA SUA PERSONALIDADE

Algumas pessoas, por serem inseguras, dependem de muletas para apoiar uma personalidade hesitante. Ao enfrentarem um sentimento conflituoso de desajuste e julgando serem incapazes de lidar com os problemas, elas procuram muletas: drogas, por exemplo, ou álcool, ou comem compulsivamente. De maneiras menos dramáticas, procuram compensar um sentimento odioso de inferioridade. O que tais pessoas realmente necessitam é de poder para mudar sua vida.

Uma das especialidades de Jesus Cristo é a eliminação das muletas. Lembra-se do homem no tanque de Betesda? Havia uma lenda de que toda vez que um anjo agitava a água, o primeiro que entrasse nela seria curado.

Esse homem estivera junto ao tanque durante anos até ter alcançado uma espécie de status entre os coxos, os mancos e os cegos.

Esta posição servia de muleta para a sua personalidade confusa. Ele deu a desculpa de que nunca podia entrar na água primeiro. O fato era que não queria ser curado, pois então teria de enfrentar a vida.

Jesus, porém, que conhecia o trabalho interior da mente humana, entrou diretamente no subconsciente dele:

- Você quer mesmo ser curado? - perguntou.

O homem se retorceu sob seu olhar direto e então sentiu esperança pela primeira vez, respondendo com voz firme:

- Sim. Quero ser curado.

Jesus deu ordem para que se levantasse, jogasse fora as muletas e passasse a viver.

O álcool é uma muleta largamente usada em nossos dias. Encontrei um indivíduo numa recepção que tomara vários coquetéis e mostrava definitivamente os seus efeitos.

- Por que faço isto? - perguntou. - Na verdade não gosto, mas sou tímido e não sei conversar. Alguns coquetéis me liberam, transformando-me de introvertido em extrovertido. Não valho nada socialmente sem o estímulo que o álcool me dá.

Aposto que muitos bebem por esta razão. Essas pessoas estão se apoiando numa muleta. No entanto, para saber conversar e comunicar-se bem, tudo de que você precisa é tomar conhecimento das coisas. Não tem necessidade de andar coxeando na muleta do álcool.

O problema é que este tipo de dependência quase sempre se transforma em alcoolismo, uma das formas mais agudas de derrota. O alcoólatra é realmente uma personalidade deformada.

Esse tipo de indivíduo, porém, pode ser curado. Uma das organizações mais importantes neste processo é a Alcoólatras Anônimos, cujo registro de dar poder para mudar a vida das pessoas é fenomenal. Vimos inúmeras recuperações espantosas mediante o poder de Deus. Este poder está sempre disponível, mas o alcoólatra deve chegar ao ponto em que dependa absolutamente de Deus e não de qualquer reserva de dependência de si mesmo.

Em nome de Jesus, então, jogue fora a sua muleta e goze o que a vida tem de melhor.



Esperançoso: Tenho um Futuro!

O MELHOR GUIA PARA O FUTURO

Você tem um futuro! Apesar de como se sente quanto às suas perspectivas e quanto a tudo o que lhe contaram os mensageiros de más notícias, você tem realmente um futuro.

Não importa quão difíceis sejam as coisas, ou quão problemático o caminho, ou quão desencorajado esteja, você tem um futuro.

Não importa que seja velho, cansado, ou doente, mesmo assim você tem um futuro. Por mais injustamente que pense que foi tratado pela vida e pelas circunstâncias, lembre-se sempre, você tem um futuro!

O futuro é um alto negócio hoje. Parece que muitos estão aceitando a astrologia e os horóscopos. Diz-se que a astrologia teve origem na Caldéia e nas cercanias do golfo Pérsico. Os reis da Caldéia e Babilônia tinham astrólogos para informá-los sobre o futuro. Os faraós do Egito se utilizavam também da astrologia.

Ao que tudo indica, os astrólogos voltaram hoje aos negócios. Entre os 1750 jornais diários dos Estados Unidos, 1220 incluem uma coluna de astrologia e imprimem horóscopos. As pessoas estão preocupadas com o futuro, e daí o seu interesse nos horóscopos.

Notei numa grande livraria três mesas com livros sobre astrologia e ciências ocultas. Só uma estava ocupada por livros religiosos. Ao que parece, quando o futuro contém incertezas, muitos se voltam até para fontes mágicas e extravagantes de conforto e suposta orientação.

Este capítulo, porém, está destinado a lembrar a você que Jesus Cristo tem a resposta para o seu futuro, o futuro do seu país, o futuro do mundo. O curso sábio é colocar-se nas mãos dele, pois ele sabe tudo sobre o futuro, sobre o seu futuro. Este é o segredo para ter um grande futuro.

Como alguém realiza então o seu futuro? Primeiro, desenvolvendo um padrão de pensamentos construído ao redor de conceitos otimistas sobre o futuro. Pense futuro, fale futuro; creia futuro, aja futuro. Viva pensando que as coisas velhas já passaram, as novas estão aqui e outras ainda por vir.

QUANDO O FUTURO DECEPCIONA

É realmente muito triste como as pessoas que têm dificuldades, doenças ou desânimo tendem a deixar de lado o futuro. Por exemplo, quando minha esposa e eu fomos à Itália há pouco tempo, encontramos alguém assim. A Sra. Peale anunciou que queria comprar um vestido Pucci.

- O que é um vestido Pucci?- indaguei. - Nunca ouvi falar dele.

- Um vestido Pucci - informou ela - é uma roupa feita por um estilista chamado Pucci de Florença. Suas roupas são muito distintas, e ele assina cada peça.

- Tudo o que é assinado custa dinheiro - brinquei.

- Posso comprar este vestido aqui, por muito menos que em Nova Iorque - disse ela.

- Bem - disse eu, desistindo -, que bom que vamos poupar algum dinheiro com ele pelo menos.

Enquanto me achava sentado na sala de recepção, um homem entrou, parecendo meio relutante. Era um homem grande com uma mulher pequenina, mas podia-se ver quem realmente mandava. Ele fez um aceno de cabeça para mim e perguntou:

- Você é americano?

- Sim - respondi -, e você?

- Também sou. - Depois, em tom de confiança: - Sua mulher arrastou você para este lugar?

- Acho que sim - admiti. Ele me perguntou o que eu estava fazendo. - Oh! viajando por aí, fazendo uma palestra ou duas, gozando umas curtas férias. E você, o que veio fazer?

- Estive em Isquia - disse ele. - Fiquei lá três semanas, tomando aqueles banhos.

- Estou certo de que lhe fizeram bem - comentei.

- Não sei. Disseram-me que não notaria a diferença pelo menos durante seis meses. Mas - suspirou - não tenho muita confiança neles, para lhe falar a verdade. Estou envelhecendo, sabe, e não é possível fazer muito a esse respeito. Vamos olhar as coisas de frente, não tenho futuro.

- Meu amigo - disse eu -, você não deve falar assim. Deve dizer a si mesmo: “Sei que esses banhos vão ajudar-me tremendamente”. Deve dizer: “Não sou um velho, estou cheio de vigor e saúde e vou viver criativamente”. Você não deve pensar mais dessa maneira. Depois de ouvir minha sugestão, ele disse: - Sabe, você está parecendo com uma pessoa nos Estados Unidos que escreveu um livro sobre o pensamento positivo. - Quando contei que estava falando justamente com esse homem, ele mal podia acreditar!

Não viaje pela vida dizendo: “Não me sinto bem”. “Estou cansado.” “Perdi o entusiasmo.” “Estou ficando velho.” “Não presto para nada.” “Não tenho futuro.” Esse tipo de conversa, originária do tipo errado de pensamento, é um meio garantido de não ter futuro. Em vez disso, afirme: “Sou feliz, sinto-me entusiasmado. Com Deus, eu tenho um futuro”.

ELE DESCOBRIU O SEU FUTURO

Quero compartilhar com você uma carta de um homem da Pensilvânia.

Nenhuma palavra que eu possa escrever ou falar pode transmitir minha gratidão. Minha vida foi completamente modificada por você, ao dar-me oportunidade para compreender o amor de Cristo.

Há mais de três anos deixei a faculdade, minhas notas eram baixas e eu achava que ela não podia oferecer-me nada de interessante. Abandonei então os estudos e me casei com uma moça doce e maravilhosa. Embora o único trabalho que consegui fosse num posto de gasolina, ela me apoiou 100%. Apesar de ter feito algum progresso e de ter um bom salário, sempre senti que me faltava algo.

Certo dia, então, depois do nascimento de meu filho e minha filha, compreendi que não tinha futuro. Esse é um sentimento terrível. Eu sabia que para ser promovido na empresa petrolífera onde trabalhava teria de voltar à faculdade, mas o medo do fracasso e a insegurança me detinham.

Num dia glorioso, porém, comprei um livro seu, e minha vida começou a mudar. O livro me mostrou um Jesus que nunca havia conhecido, um Jesus disposto a socorrer você. Comecei a orar, não só por mim mesmo, mas também por outras pessoas. Comecei a conversar com Jesus. Comecei a sentir confiança e paz pela primeira vez em meses. Meus amigos notaram a diferença, e até certas pessoas de quem não gosto responderam às minhas orações e passamos a ter um relacionamento que nunca pudemos ter antes. O seu livro, O Poder do Pensamento Positivo, me deu coragem para matricular-me novamente numa faculdade. O meu tempo era, porém escasso, pois eu continuava em meu emprego regular de 48 horas por semana à noite e ia à escola durante o dia, em regime de tempo integral. Mas, tudo funcionou melhor do que eu imaginava. Minha família e eu nos sentimos mais felizes do que nunca antes; meu desempenho no trabalho melhorou bastante. Na escola, fui incluído na lista do Reitor com média "A".

Devo dizer, porém, que o crédito só é meu em parte. Ele vai na verdade para você e para o Senhor. Você me ensinou a descobrir o poder de Deus para a minha vida. Preparei também um esquema para ter tempo de falar com Jesus todos os dias.

Viajo 48 km todos os dias para ir à escola e ao trabalho. Eu costumava sair de casa no último minuto, mas, aconselhado por um amigo, comecei a sair meia hora mais cedo e parar numa lanchonete para o que chamo agora de uma xícara de café e uma xícara de Jesus. Durante vinte minutos eu me sento no meu

caminhão, relaxo, sorvo meu café e oro. Eu nunca poderia ter feito nada disso sem Jesus e nunca poderia ter compreendido Jesus sem você. É por isso que palavras não podem expressar o amor e a gratidão que sinto. Agora sei que tenho um futuro maravilhoso!

É claro que esse homem tem um esplêndido futuro. Quando ele encontrou Jesus, a melancolia, o negativismo, o desânimo e a frustração desapareceram de sua mente; uma nova atitude o dominou. Quando pôs suas palavras em ação, matriculando-se na escola, seu futuro se tornou uma poderosa realidade.

Como eu gostaria de poder convencê-lo, enquanto lê isto, que você pode anular e até destruir o seu futuro se insistir em pensar que não tem futuro. Você pode criar um futuro se crer realmente que tem um e depois dar a supervisão dele a Deus.

Todos os dias da sua vida, ao acordar, diga: “Com Deus, tenho um futuro”. É isto que foi planejado para você. Você e eu estamos destinados a viver até o fim, crendo num futuro, e irmos depois para o futuro eterno. Diga a si mesmo todos os dias: “Com Deus tenho um futuro muito maior do que qualquer futuro que tinha antes”.

FÉ NA VIA EXPRESSA

Três pessoas se encontravam num carro numa via expressa na região de Chicago. Dayle Gruetzmacher e seu marido, Amber, se encontravam numa perua com a filha Sue. Havia congestionamento no trânsito e a estrada estava escorregadia quando Amber parou atrás de uma fila de veículos. Ao olhar pelo espelho retrovisor, teve uma das visões mais terríveis em todos os seus anos de motorista. Um caminhão enorme apareceu deslizando desgovernado pela pista vindo justamente na direção do seu carro.

Um segundo mais tarde, o caminhão se chocou com o carro, fez com que ele girasse e depois caiu diretamente sobre ele com força esmagadora. Vidros quebrados. Ruído de metais amassados. Cheiro de gasolina. Silêncio.

A mãe se viu com os joelhos apertados contra o peito, mal podendo respirar. Moveu com dificuldade as mãos e a cabeça, mas o teto esmagado do carro se achava a poucos centímetros acima dela. Viu o marido contorcido, com as pernas presas num ângulo estranho. Uma delas estava dobrada sob o corpo, a outra se projetara pela janela quebrada do carro e dera de encontro com a lateral do gigantesco caminhão. Sue estava deitada de costas e mal podia mover-se. Ninguém sofria dores muito fortes, não havia ossos quebrados e ninguém estava sangrando; mas eles não podiam fazer nada para sair da situação. O caminhão capotado cobria e cercava o carro. Essas três pessoas enfrentaram aquela medonha contingência, agradecendo a Deus por estarem vivas. Tinham, no entanto, a clara sensação de que Deus se achava com eles no carro acidentado que poderia vir a ser o seu caixão.

Um rosto amigo apareceu, um motorista que passava por ali e ficou espantado por encontrar alguém vivo. Ele assegurou que o socorro vinha vindo. Eles continuaram a orar enquanto o óleo diesel do caminhão se misturava com a gasolina do tanque do carro. Uma única centelha poderia explodir tudo. Perceberam então que o teto do veículo estava baixando. Centímetro a centímetro, o enorme peso do caminhão tirava o último vestígio de resistência da perua amassada.

Uma hora se passou; duas horas. Um bombeiro surgiu com uma mangueira ligada a um tanque de oxigênio e eles puderam respirar mais facilmente. O que fizeram então? Começaram a cantar hinos de fé. Eles animaram uns aos outros: “Deus sabe quanto podemos suportar”. Chegou finalmente o momento crítico em que um guindaste levantou o caminhão. Se este caísse do guindaste, o carro seria completamente esmagado. Para evitar essa possibilidade, o caminhão foi calçado com vigas, e, três horas depois de terem sido encarcerados, os três se viram livres da sua prisão. Levados a um hospital depois da sua libertação milagrosa, em breve tiveram alta. As pessoas perguntavam:

- Onde conseguiram tanta calma?

- Estamos nas mãos de Deus neste mundo e estaremos nas suas mãos do outro lado - foi a resposta.

Eles estavam na verdade dizendo: “Não importa o que aconteça, estamos nas mãos de Deus, temos um futuro”.

O futuro só tem a ver com o que acontece nesta vida mortal? O futuro tem um limite, além do qual não há mais nada? De modo algum! O futuro é ilimitado, projetando-se para a eternidade. O tempo não determina o futuro.

Nem a idade, nem as circunstâncias o determinam. Se você tem um futuro em Cristo, esse futuro é para sempre. Repito, então: **“Você tem um futuro”**.



Manual do Vencedor Para Onze Problemas Comuns

COMO ENFRENTAR AS DIFICULDADES

1. **Afirme.** Afirme e continue a afirmar até que acredite que, com a ajuda de Deus, você poderá lidar com a dificuldade.
2. **Nada de Pânico.** Não deve haver pânico, pois uma dificuldade jamais pode ser tratada emocionalmente. Mantenha a calma.
3. **Organize.** Organize a dificuldade. Separe a dificuldade em partes e estude os seus componentes. Novas intuições virão.
4. **Pense.** Sempre aplique raciocínios sólidos, razoáveis.
5. **Por que eu?** Não pergunte: “Por que eu?” ou sinta que está sendo pressionado quando a dificuldade se apresenta. A vida é assim. Todos têm dificuldades, mais cedo ou mais tarde.
6. **Paciência.** Pratique a paciência, pois algumas dificuldades não são resolvidas da noite para o dia.
7. **Aceitação.** A aceitação é importante. Diga a Deus que, se tiver de conviver com essa dificuldade, irá aceitar a vontade dele e saber que receberá a força necessária.
8. **Aprenda.** Veja o que pode aprender com a dificuldade, a fim de poder lidar com um problema parecido em outra ocasião.
9. **Maior.** Afirme todos os dias: “Deus é maior do que qualquer coisa que possa acontecer-me”.
10. **Entregue tudo a Deus.** Depois de ter feito tudo o que puder, coloque a dificuldade nas mãos de Deus com a confiança de que ele lhe mostrará a solução.

COMO VENCER A PREOCUPAÇÃO

1. **Hábito.** O hábito é uma preocupação que se desenvolve durante um longo período de tempo. Qualquer hábito que a pessoa venha a formar pode ser também posto de lado. O primeiro passo é então abandonar o hábito da preocupação.
2. **Estrangular.** Esse é o sentido básico da palavra preocupação: estrangular ou sufocar. Ela pode aniquilar sua energia e eficácia naturais. Não se estrangule com pensamentos preocupantes.
3. **Tolice.** A preocupação é isso. Uma perda tola de energia mental. Foi estimado que 40% das suas preocupações estão ligadas ao passado, 50% se relacionam

com o futuro e 10% com os problemas presentes. Noventa e dois por cento da maioria das preocupações nunca acontecem. Você pode lidar com os 8% restantes.

4. **Esqueça.** Um meio eficaz de deixar de se preocupar com erros do passado é tornar-se hábil em esquecer. O passado já passou, portanto, esqueça. Diga todos os dias em voz alta: “Esquecendo-me das coisas que atrás ficam, e avançando para as que estão diante de mim, prossigo para o alvo, pelo prêmio da soberana vocação de Deus em Cristo Jesus” (Fp 3.13, 14).
5. **Deixe Pra Lá.** “A essência do gênio é saber o que não tem tanta importância assim”, disse o grande psicólogo e filósofo William James. Quando a pessoa preocupada aprende a não ligar tanto para as coisas, a atenção diminui, a tensão se desintegra, e uma nova atitude pode ser “deixe pra lá!” Isto é importante para a cura da preocupação.
6. **Futuro.** Deixe de procurar pontos negros no futuro. Espere um futuro cheio de luz, em que Deus protege você. Não se preocupe com o que possa acontecer, mas crie acontecimentos felizes mediante a fé.
7. **Imperturbável.** Você não será uma pessoa preocupada se cultivar a atitude da serenidade. Apesar da ansiedade ou do estresse, diga e creia: “Deus está me mantendo calmo e em paz”.
8. **Vazia.** A mente pode ser esvaziada de tudo. Se você a tiver enchido com pensamentos preocupados, comece agora a esvaziar sua mente desses pensamentos. Um meio de fazer isto é declarar com autoridade: “Estou agora esvaziando minha mente de toda preocupação, ansiedade, medo e insegurança”.
9. **Abastecer.** A mente é constituída de tal forma que não permanece vazia por muito tempo. Ela deve ser enchida com algo positivo, caso contrário os pensamentos negativos da preocupação vão voltar. Pratique, então, deliberadamente todos os dias encher sua mente com pensamentos fortes e sadios. Diga em voz alta: “Deus está agora abastecendo a minha mente com coragem, força, paz e segurança”.
10. **Presença.** Uma das melhores técnicas para a vida corajosa é a prática da presença de Deus. Aprenda a saber que Deus está com você cada minuto, dia e noite. Use esta afirmação diariamente: “Deus nunca me deixará. Nunca estou sozinho. A sua presença me protege”.

COMO LIDAR COM A SOLIDÃO

1. **Recursos.** Procure recursos inexplorados dentro de si mesmo. Existem muitos que ainda não foram descobertos e que tornarão você mais interessante para si mesmo.
2. **Companhia.** Você já pensou em si mesmo como sendo boa companhia? Alguém com quem gostaria de estar? Muitas pessoas descobrem que podem distrair-se muito bem sozinhas.
3. **Interessante.** Encha a sua mente com pensamentos interessantes, faça coisas interessantes, leia livros interessantes, interesse-se pelo que vai no mundo.

4. **Esquecer.** A pessoa solitária intensifica sua solidão ao tornar-se obcecada consigo mesma. Uma das maiores habilidades da vida é esquecer de si mesmo.
5. **Diversão.** Seja uma pessoa divertida. Ria bastante. Desenvolva sua habilidade de ver e apreciar o lado engraçado de tudo. Quanto mais divertido você for, tanto menos terá probabilidade de sentir-se solitário, pois todos gostam de pessoas alegres.
6. **Abundância.** Uma vida solitária pode ser estéril e, portanto, infeliz. O segredo que contrabalança isso é a palavra abundante. Tenha várias atividades, interesses e novas experiências. Encha sua mente e sua vida de abundância.
7. **Programa.** Faça um plano para cada dia. Faça algo interessante, diferente. Vá a vários lugares, veja uma porção de coisas, tente conhecer muitas pessoas.
8. **Olhe.** Ao seu redor, em toda parte, há pessoas solitárias. Procure esses indivíduos e vai encontrá-los. Desde que você tem estado solitário, não será difícil reconhecê-los.
9. **Faça.** Tente aliviar a solidão de outros. A pessoa que procura ajudar outros não ficará solitária por muito tempo. Quanto mais se esforçar para que a vida seja menos solitária e infeliz para outros, menos solitária e infeliz será a sua vida.
10. **Companheirismo.** Na verdade, ninguém precisa estar só. Até mesmo numa ilha deserta no meio do mar, você não está só. Alguém o acompanha. Cultive a companhia do Grande Amigo.

COMO DIMINUIR A TENSÃO

1. **Nervoso.** Não se permita ficar tenso. Imagine-se como uma tira de elástico retesada. Agora solte-a para que volte ao normal. Contraste mentalmente relaxado com nervoso.
2. **Minuto.** Espalhe vários períodos tranquilos de um minuto pelo dia inteiro. Fique parado por um momento. Passe um minuto pensando em Deus. Contemple várias vezes, durante um minuto, as montanhas ou as nuvens. Veja quantos desses momentos você pode acumular num dia.
3. **Respire.** Quando sentir que o estresse vem chegando, respire fundo, depois exale. Repita. Faça isso outra vez. A respiração profunda, respirando e soltando o ar, tende a expulsar a tensão.
4. **Folha.** Sente por um momento numa cadeira-preguiçosa. Encoste a cabeça, estenda os pés. Levante as mãos e deixe que caiam relaxadas sobre os joelhos, como uma folha molhada sobre um tronco. O que pode ser mais relaxado do que uma folha molhada sobre um tronco?
5. **Visualize.** Tome um momento para visualizar o lugar mais tranquilo e belo que já conheceu na vida. Volte para ele agora, mediante a magia da memória e saboreie novamente o efeito curativo que teve sobre você. Faça uma viagem mental a um vale ou praia muito lindos, ou a uma campina florida.

6. **Paz.** Pense na paz de Deus que excede todo entendimento tocando agora a sua mente e cada parte do seu corpo. Sinta como ela invade o seu espírito. Afirme em voz alta: “A paz de Deus está mudando a minha tensão em tranquilidade”.
7. **Drenar.** Retire consciente e deliberadamente todo pensamento agitado, nervoso, de sua mente. Procure ver esses pensamentos saindo de seu sistema mental - para fora, bem para fora dele. Deixe que eles se vão, agora.
8. **Palavras.** Pratique a terapia de cura pelas palavras. Não se trata de palavras ásperas e estridentes, mas palavras suaves, melódicas, pacíficas. Pronuncie-as devagar, extraindo delas sua mais profunda essência. Diga, por exemplo, tranquilidade, serenidade, silêncio, descanso.
9. **Tranquilidade.** Dez minutos de tranquilidade todos os dias podem ser um poderoso antídoto para a tensão. Durante esse período leia uma poesia, uma passagem da Bíblia, ore e medite. Se este procedimento for repetido dia após dia, ele eliminará a tensão.
10. **Repetir.** Repita durante o dia e à noite, três vezes, em voz alta se possível, as seguintes declarações relaxantes: “Tu conservarás em paz aquele cuja mente está firme em ti; porque ele confia em ti” (Is 26.3). “Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei” (Mt 11.28); e “Deixo-vos a paz, a minha paz vos dou; não vo-la dou como o mundo a dá. Não se turbe o vosso coração, nem se atemorize” (Jo 14.27).

COMO ENFRENTAR A TRISTEZA

1. **Filosofia.** É preciso ter uma concepção filosófica de que existem certas coisas inevitáveis na experiência humana que sobrevêm a cada um de nós. Essa filosofia irá preparar você para o sofrimento e o ajudará a enfrentá-lo quando vier.
2. **Bondade.** Nada do que Deus ordena é mau. Portanto, a bondade de Deus é encontrada até em nossos sofrimentos. A sua bondade envolverá o seu ente querido que morreu e também será dada a você que ficou.
3. **Continuação.** Para que possa haver um reajuste normal, continue com as atividades anteriores. Não evite lugares familiares ao seu ente querido. Procure viver como sempre; na hora oportuna, o conhecimento de que seu ente querido desejaria que fizesse isso irá confortar você.
4. **Perda.** Nunca diga que “perdeu” sua mulher, marido, filho, irmão, ou irmã. Lembre-se das palavras do poeta: “O amor jamais perderá o que é seu”... Você não perdeu esse ente querido, ele está simplesmente vivendo numa nova dimensão e não se encontra muito distante.
5. **Casa.** “Onde está o meu ente querido?” pergunta o coração triste. E a resposta é simples. Seu ente querido está na casa de muitas mansões do Pai, cercado por amor e beleza, está bem, está forte e feliz. Apenas diga a si mesmo que ele ou ela está bem - muito bem.
6. **Encontro.** Lembre-se do velho hino: “Num dia futuro, nos encontraremos naquela praia tão bela”. Tenha isso como um fato, uma verdade. Deus tornou

possível para nós nos encontrarmos aqui e ele irá também possibilitar nosso encontro “do lado de lá”.

7. **Cura.** A melhor maneira de você curar a sua tristeza talvez seja ajudar a diminuir o sofrimento de outrem. Quando você mostra simpatia e amor por alguém, recebe em dobro o que deu. Faça uma lista de todas as pessoas tristes que conhece e tente confortá-las. Descobrirá consolo e cura surpreendentes para si mesmo ao agir assim.
8. **Absorver.** Conheça um grande fato a respeito de si mesmo: Com Deus você pode absorver qualquer experiência, por mais triste que seja, e sair vitorioso. Existe na natureza humana um mecanismo ajustável e resistente que torna mais fácil superar a tristeza quando a pessoa possui uma fé religiosa profunda.
9. **Expressão.** Expresse normalmente o seu sofrimento. Não tente reprimi-lo. Deus fez as lágrimas com o propósito de oferecer alívio. Uma lágrima é agonia dissolvida. Não se envergonhe da sua tristeza ou tente sufocá-la. Chore, faça oração, e a paz virá.
10. **Ressurreição.** A melhor cura para a tristeza talvez seja encontrada na sua fé. Repita algumas das grandes palavras de Jesus, que compreende o nosso sofrimento. Use frases como estas: “Disse-lhe Jesus: Eu sou a ressurreição e a vida; quem crê em mim, ainda que esteja morto, viverá; e todo aquele que vive, e crê em mim, nunca morrerá” (Jo 11.25, 26).

COMO CURAR O COMPLEXO DE INFERIORIDADE

1. **Competente.** Forme uma imagem mental de si mesmo como sendo um indivíduo competente, eficiente e bem-sucedido. Grave essa imagem em sua memória e não permita que qualquer dúvida pessoal a apague. Seus processos mentais irão então funcionar para tornar válida esta imagem de si mesmo.
2. **Cancelar.** Sempre que surgir um pensamento negativo a respeito de si mesmo e das suas qualificações, cancele-o como injustificado, inverídico e irreal. Quanto mais vigorosamente o cancelar, tanto mais ele irá enfraquecer e acabará desaparecendo totalmente.
3. **Obstáculos.** Não construa qualquer tipo de obstáculo em sua mente. Considere realisticamente o obstáculo e depois afirme que - com a ajuda de Deus - terá sucesso em lidar com ele.
4. **Temor.** Não sinta medo de qualquer pessoa ou grupo de pessoas. Não imite ninguém. Você é único e isso o torna especial. Tenha então respeito por si mesmo como é e não tema os outros.
5. **Nove.** Quando enfatizamos e confiamos em nove palavras poderosas, elas podem curar todos os complexos de inferioridade e desajuste. Repita essas nove palavras pelo menos dez vezes por dia - preferivelmente em voz alta. Repita-as na hora de dormir, para que elas penetrem em seu inconsciente. As palavras são estas: “Se Deus é por nós, quem será contra nós?” (Rm 8.31.) Substitua o “nós” por “mim”.

6. **Compreender.** Quando você compreende as razões para o seu complexo de inferioridade, está a caminho de vencê-lo. Saber e compreender é o começo da cura. Os sentimentos de inferioridade geralmente começam na infância e quase sempre se tornam envolvidos em mistério. Isto cria uma tendência para aceitá-los como sendo finais. Mas, eles não são inatos, são adquiridos. Compreenda-os e fique livre deles.
7. **Fortalecer.** A vítima dos complexos de inferioridade sente-se fraca e ineficaz. Mas, na verdade, não é nada disso. Quando a pessoa pensa desse modo, isso significa que é preciso aumentar a sua força. A repetição das seguintes palavras irá acentuar a força: “Posso todas as coisas naquele (Cristo) que me fortalece” (Fp 4.13).
8. **Estimativa.** Verifique as suas habilidades com completa honestidade, cuidado e realismo. A seguir, para compensar uma avaliação muito baixa, aumente em 10% a estimativa. Não se preocupe quanto à possibilidade de tornar-se egoísta. Trabalhe para desenvolver auto-respeito normal e sadio.
9. **Espiritualidade.** A pessoa que se sente inferior tem pouco vigor espiritual. Aumentar o conteúdo espiritual de seus pensamentos irá normalizar você como filho de Deus. A oração afirmativa - em que você dá graças a Deus pela força espiritual aumentada que agora opera em seu íntimo - é eficaz.
10. **Parceria.** Compreenda que não está enfrentando a vida sozinho, mas que tem um parceiro, o melhor Parceiro, que sempre o acompanha para guiá-lo e ajudá-lo. Como pode algo derrotar essa grande parceria de Deus e você? Com Deus, você poderá cumprir todas as exigências que lhe forem feitas.

COMO LIVRAR-SE DO MEDO

1. **Busca.** O método mais básico para livrar-se do medo talvez esteja contido no Salmo 34.4: “Busquei ao Senhor, e ele me respondeu; livrou-me de todos os meus temores”. Note a ênfase inclusiva: todos.
2. **Confiança.** O oposto de medo é confiança, portanto, pratique confiar. Coloque sua confiança em Deus e no fato de que a maioria das coisas que você teme não vai acontecer.
3. **Apoio.** Confie na lei das médias de que terá segurança. Confie no transporte que deve usar, tais como ônibus, aviões, ou navios. Creia que pode confiar na eficiência e apoiar-se em Deus.
4. **Estudo.** Estude para descobrir a origem dos seus temores. Há razões para o seu medo. E, desde que o medo é muito condicionado emocionalmente, é provável que descubra que várias dessas razões são irracionais.
5. **Acréscimo.** Tente com frequência a técnica de somar todas as épocas em sua vida em que saiba que foi cuidado, vigiado e protegido. Depois disto afirme que será sempre assim.
6. **Faça.** O conselho de Emerson é sólido: “Faça aquilo que teme, e a morte do medo é certa”. Se tiver medo de fazer algo, mas fazer isso tenha sentido, faça. Quando agir, o seu medo desaparecerá.

7. **Coragem.** Enfatize a coragem mental e espiritualmente. Isto dará início ao processo de cancelar nossos pensamentos medrosos. Pense com coragem, aja corajosamente, e o temer cederá diante da coragem.
8. **Ver.** Forme uma imagem de si mesmo como estando agora livre de todo medo. O que imaginamos profundamente tende a ser finalmente atualizado como fato.
9. **Ajuda.** Faça algo bom por alguém que tem medo, ajudando esse indivíduo a vencer seus temores. Ao auxiliar outra pessoa a perder o medo, o seu próprio medo vai diminuir.
10. **Fé.** A segunda força mais poderosa no mundo é o medo. Mas, a força mais poderosa de todas é a fé. A fé é mais forte do que o medo. Para livrar-se, então, do medo, edifique a sua fé.

COMO TER UM CASAMENTO BEM-SUCEDIDO

1. **Emoção.** A primeira regra para um casamento bem-sucedido é ter a certeza de que você é emocionalmente adulto. O casamento é para pessoas amadurecidas, e não infantis. A fusão de duas personalidades diferentes exige equilíbrio e controle emocional das duas partes.
2. **Pedra Fundamental.** Todo edifício requer uma pedra fundamental. Isto também se aplica à construção de um casamento. A pedra fundamental exigida e importante em qualquer casamento é expressa nas seguintes palavras: "Se o Senhor não edificar a casa, em vão trabalham os que edificam" (SI 127.1).
3. **Brigas.** Conversem sobre todos os seus problemas e cheguem a soluções razoáveis em conjunto. Uma boa discussão, ou até mesmo uma briga controlada, é permissível. Mas, tenha a certeza de que seja despida de emoção. Decidam tudo não em quem está certo, mas no que está certo.
4. **Melhor.** Quando cada parceiro procura extrair o melhor do outro, o resultado será sempre um casamento feliz. Duas pessoas que se amam e respeitam a personalidade um do outro irão provavelmente se entender muito bem.
5. **Amabilidade.** A amabilidade é uma virtude no casamento. Sejam amáveis e corteses um com o outro. Nunca deixem a ira torná-los descorteses. A personalidade humana responde à estima. Respeitem um ao outro.
6. **Mutualidade.** É importante lembrar que o casamento é uma relação baseada na responsabilidade mútua. As duas pessoas devem compartilhar igualmente da parceria. Nenhum deve dominar o outro.
7. **Ajuste.** Um bom casamento depende do ajuste. Este ajuste deve ser alcançado em todos os níveis: físico, emocional, mental e espiritual. Cada parceiro deve fazer seus ajustes.
8. **Equipe.** Vivam, divirtam-se e trabalhem como uma equipe em que cada membro faz uma contribuição igual para o esforço total do casamento. Façam com frequência coisas juntos e procurem interessar-se pelo que o outro está fazendo. Tomem todas as decisões como equipe.

9. **Noite.** Orem juntos antes de dormir todas as noites. Orem juntos sobre todas as decisões e problemas. O casal que ora junto vai crescer junto, permanecer junto e vencer junto.
10. **Entusiasmo.** Mostre entusiasmo em todas as coisas bondosas e amorosas que fizer pelo parceiro. Se cada um tentar fazer o outro feliz, ambos serão felizes e o casamento terá sucesso.

COMO SOLUCIONAR UM PROBLEMA

1. **Sementes.** A maneira de solucionar um problema é acreditar que para cada problema há uma solução. De fato, cada problema contém as sementes da sua própria solução. Você vai encontrar a resposta para o seu problema se pesquisar a fundo o problema em si.
2. **Calma.** Uma premissa básica para resolver um problema é manter-se emocionalmente calmo. O nervosismo pode bloquear o poder do fluxo de pensamentos. Portanto, é importante reduzir o estresse e os elementos de tensão, pois a mente só pode operar com eficiência quando as emoções estão sob controle.
3. **Reunir.** Ao lidar com um problema, um procedimento adequado é reunir todos os fatos imparcial, impessoal e legalmente. Tome uma atitude científica em relação aos elementos do problema.
4. **Papei.** Coloque no papel todos os componentes do problema, a fim de que possa vê-los com coerência e ordenadamente. Tal procedimento ajudará a esclarecer seus pensamentos, colocando os diferentes fatores do problema em ordem sistemática. Quando puder ver claramente, terá mais condições de pensar com clareza.
5. **Forçar.** Nunca tente forçar a resposta do problema. Mantenha a mente tranqüila e permita que a solução se apresente naturalmente, tornando-se clara. O perigo em forçar uma resposta é que você pode estar impondo aquilo que deseja em vez daquilo que é correto.
6. **Oração.** Ore intensamente sobre o seu problema. Acredite e afirme que mediante a orientação divina você vai receber discernimento e iluminação mental. A compreensão espiritual produz inevitavelmente a melhor solução possível.
7. **Conselho.** Precisamos com freqüência de ajuda para um problema. É importante então obter conselhos sábios. Aplique aqui o pensamento contido no Salmo 73.24: “Guiar-me-ás com o teu conselho, e depois me receberás em glória”. Esse conselho de alto nível está repleto de sabedoria.
8. **Intuição.** Os processos mentais possuem uma qualidade sutil que pode ser descrita como intuição, ou sentimento e impressão da coisa certa a fazer.
Este procedimento intuitivo é melhor condicionado pela oração e discernimento espiritual quando tenta pensar os pensamentos de Deus sobre o problema.
9. **Meditar.** Deixe o problema flutuar livremente em seus pensamentos. Não exerça pressão, tensão ou mesmo imponha um prazo. Permita apenas que ele

subsista em atividade mental descontraída. A mente irá produzir a resposta quando necessário.

10. **Criativo.** Confie no poder criativo de sua mente para obter uma resposta adequada, mediante o processo de pensar, orar e afirmar. Deixe que Deus guie você, usando o método do discernimento, a fim de chegar a uma solução apropriada para o seu problema.

COMO CONVIVER COM AS PESSOAS

1. **Apreciar.** Se você apreciar sinceramente as pessoas, gostar de estar com elas, de falar com elas e de ser útil a elas, vai descobrir que irão geralmente apreciar você. Quando existe uma apreciação mútua, o convívio é bem mais fácil.
2. **Interesse.** Fique sempre interessado nas atividades e idéias da outra pessoa. Dirija a conversa para os interesses do seu interlocutor e não fique falando a seu respeito. Se você mostrar que está absorvido nos interesses de outrem, essa pessoa irá ficar atenta aos seus e passarão um tempo agradável juntos.
3. **Simpatia.** Para ser apreciado e viver bem com outros é necessário ser uma pessoa simpática. Pratique o velho adágio: “Para ter amigos, seja amigável”.
4. **Nomes.** Pratique a arte de lembrar-se dos nomes. A fim de conseguir isto, dê atenção à outra pessoa a fim de registrar o nome dela. Compreenda que o nome é importante para ela; portanto, lembrar dos nomes irá ajudá-lo a entender-se com outros.
5. **Fácil.** Seja uma pessoa de fácil convívio. Seja um indivíduo confortável, para que não haja tensão em seus relacionamentos. Seja alguém tipo “sapato velho”. Alguém simples, franco.
6. **Estimulante.** Cultive a qualidade de ser estimulante. Se estar com você faz com que as pessoas se sintam melhores e mais vivas, será procurado e suas relações pessoais vão ser excelentes.
7. **Arestas.** Os relacionamentos pessoais se deterioram quando a pessoa tem alguns elementos ásperos na sua personalidade. Isto quer dizer: não permita que as suas arestas irritem os outros. Seja descontraído e afável.
8. **Sensível.** Evite mostrar-se nervoso e sensível, ressentindo-se com facilidade. As pessoas fogem instintivamente dos indivíduos supersensíveis, com medo de despertar uma reação desagradável. Evite a tentação de reagir quando estiver magoado e poderá entender-se com as pessoas.
9. **Cura.** Tente sinceramente curar qualquer mal-entendido que possa ter com outros. Expulse mental e espiritualmente seus ressentimentos e mantenha uma atitude de boa vontade com todos.
10. **Faça.** Ame as pessoas e faça coisas para elas. Pratique atos generosos e desprendidos de amizade. Essa dádiva sincera de si mesmo leva inevitavelmente a relações pessoais agradáveis. Tudo se resume numa advertência bíblica familiar: “Façam aos outros aquilo que vocês querem que eles façam a vocês mesmos” (Mt 7.12, B. V.).

COMO TRANSFORMAR O FRACASSO EM SUCESSO

1. **Fracasso.** Mantenha o pensamento de que nenhum fracasso é permanente, mas trata-se apenas de um revés temporário numa vida bem-sucedida. O fracasso é um incidente que pode ser tecido na tapeçaria das realizações criativas. Lembre-se, o fracasso é realmente temporário.
2. **Erro.** O fracasso pode ser definido como a maneira errada de fazer algo. Portanto, ele tem os seus elementos vantajosos, mostrando-nos como não devemos proceder. Quando você sabe como algo não deve ser feito, está em melhor posição para aprender como deve ser feito.
3. **Aprender.** Embora você possa aprender com seus fracassos, descobrindo como não deve agir, é possível aprender muito mais eficazmente com os seus sucessos, descobrindo o procedimento correto.
4. **Nunca.** Nunca aceite o fracasso. Mantenha o contexto do fracasso fora de seus pensamentos, introduza na mente conceitos de sucesso.
5. **Pensar.** Lembre-se do cartaz que Thomas A. Edison tinha na parede de seu escritório: “Há um meio melhor de fazer isso; descubra qual é”. Como descobri-lo? Mediante disciplina motivada pela oração e pensamentos criativos.
6. **Diligência.** Nenhum sucesso pode ser obtido nesta vida sem diligência. Muito trabalho, aplicado diligentemente, é o “abre-te sésamo” para as realizações bem-sucedidas. A capacidade de fazer tarefas que exigem trabalho e continuar fazendo é essencial para os resultados de sucesso.
7. **Alvo.** Todas as pessoas bem-sucedidas têm um alvo. Não se trata de um objetivo vago, indefinido, mas de um alvo específico, claramente definido. Ninguém chega a lugar algum a não ser que saiba aonde quer ir e o que quer ser ou fazer. Tenha um alvo definido, orientado pela oração.
8. **Certo.** Certifique-se de que o seu alvo é correto, pois nada errado jamais se tornará certo. O erro resulta em erro. Só o que é reto resulta em retidão, seja então correto.
9. **Pedir.** Para ter a certeza de que está fazendo com sua vida o que deve ser feito, peça direção a Deus. Em última análise, só a vida dirigida por Deus pode alcançar o verdadeiro sucesso.
10. **Caminho.** O caminho seguro para o sucesso é o da oração desinteressada. Adote o pensamento de que deseja fazer o máximo de bem neste mundo e alcançar os melhores valores - não só para si mesmo mas para todas as pessoas - e irá contribuir com sua experiência total na área da motivação bem-sucedida.

Sobre o Autor

O Dr. NORMAN VINCENT PEALE foi ministro da Marble Collegiate Church em Nova Iorque durante 52 anos. O Dr. Peale escreveu quarenta e seis livros, inclusive *O Poder do Pensamento Positivo* e *The Positive Power of Jesus Christ* (O Poder Positivo de Jesus Cristo). Sua esposa, Ruth Stafford Peale, é presidente da Guideposts, uma corporação da igreja que publica cinco revistas.

O Peale Center em Pawling, Nova Iorque, continua a manter ativa a mensagem do Dr. Peale.